

Liliane Steinke
Leiterin
(0 51 41) 92 98-22
l.steinke@vhs-celle.de



Programmbereichsleitungen

Karlheinz Rehling
Stellv. Leitung
(0 51 41) 92 98-24
k.rehling@vhs-celle.de
Reisen, Kultur, Sprachen



Markus Fink
(0 51 41) 92 98-23
m.fink@vhs-celle.de
EDV, Kaufmännisches,
Bildung auf Bestellung
Qualitätsbeauftragter



Tessa Twele
(0 51 41) 92 98-21
t.twele@vhs-celle.de
Gesundheit, Pädagogik,
2. Bildungsweg



Birgit Schwier-Fuchs
(05141)92 98-20
b.schwier-fuchs@vhs-celle.de
Integrationskurse,
Deutsch, Alphabethisierung,
Interkulturelle Bildung



EDV-Administration

Axel Dreyer
(0 51 41) 92 98-16
a.dreyer@vhs-celle.de



Telefon **(0 51 41) 92 98 - 0**
Fax **(0 51 41) 92 98 50**
anmeldung@vhs-celle.de
www.vhs-celle.de

Geschäftsstelle:
Trift 20
29221 Celle

Bankverbindung:

Volksbank Celle eG
BLZ 251 900 01
Konto-Nr. 727 990 600

Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag,
9:00 - 13:00 Uhr,
außerdem

Dienstag und Donnerstag,
15:00 - 18:00 Uhr

zusätzlich geöffnet für persönliche und telefonische Anmeldungen:
Montag, 17. Januar,
von 15:00 - 18:00 Uhr

Mitarbeiterinnen der Geschäftsstelle
(0 51 41) 92 98 - 0

Karin Schlomm



Christian Maaß



Jeanette Heymann



Babette Winkler



Hausmeister
Richard Schuster
(0 51 41) 92 98 37
r.schuster@vhs-celle.de









Teilnahmebedingungen

Die Veranstaltungen der VHS Celle können im gesamten Kreisgebiet von allen Interessierten besucht werden, die sich ordnungsgemäß angemeldet haben.

Die VHS Celle ist mit ihren Außenstellen Gast in öffentlichen Gebäuden. Wir bitten daher, die Hausordnung zu beachten, die Räume ordentlich zu hinterlassen und auf Rauchverbote zu achten.

In den Schulferien findet kein Unterricht statt; es sei denn, es ist ausdrücklich vermerkt oder mit den Teilnehmenden im Kurs besprochen worden.

Beratung

Die Programmbereichsleitungen der VHS beraten Sie gern bei Fragen zum Kurs- und Lehrgangsangebot sowie bei der Planung Ihrer individuellen Weiterbildung.
Nutzen Sie die entsprechenden Informationsabende und machen Sie bitte andere Interessenten darauf aufmerksam.

Anmeldung/ Vertragsabschluss

Die Ankündigung der Veranstaltungen ist unverbindlich.

Durch Anmeldung sowie Annahme durch die VHS, spätestens bei Kursantritt gilt der Vertrag als abgeschlossen.

So können Sie sich anmelden

- **per Anmeldekarte z.B. aus dem VHS-Programmheft,**
- **per Fax 05141-9298-50,**
- **sowie telefonisch 05141-9298-0**

- **per Email: anmeldung@vhs-celle.de**
- **per Internet www.vhs-celle.de**
- **persönlich in der Geschäftsstelle und bei den Außenstellenleitungen**

Für Veranstaltungen **in Celle** erhalten Sie in der Regel eine Bestätigung (ggf. mit Überweisungsträger) innerhalb von fünf Arbeitstagen.
Bei persönlichen Anmeldungen mit gleichzeitiger Gebührenzahlung werden keine Anmeldebestätigungen versandt.

Schriftliche Anmeldungen
sind erforderlich für alle Reisen, Exkursionen, Bildungsurlaubsseminare, Wochenendkurse sowie alle Veranstaltungen, für die dies ausdrücklich ausgeschrieben ist. Bei Anmeldungen zu Bildungsurlauben erhalten Sie eine Anmeldebestätigung für den Arbeitgeber.

Anmeldungen in den Außenstellen
Anmeldungen in den Außenstellen können (nur) bei der betreffenden Außenstelle erfolgen. Bitte beachten Sie hierfür die jeweils angegebenen Kontaktdaten.
Es werden **keine** Anmeldebestätigungen versandt.

Besondere An/Abmeldebedingungen
Für die Lehrgänge im Zweiten Bildungsweg, berufliche Weiterbildungslehrgänge und Auftragsmaßnahmen gelten gesonderte Anmelde- und Abmeldebedingungen, die aus den Ausschreibungen zu entnehmen sind.

Gebühren/Zahlungspflicht

Die Zahlungspflicht entsteht mit der Anmeldung.
Änderungen einzelner Kurstermine oder geänderte Dozentenbesetzung berechtigen nicht zur Kürzung der Kursgebühr.

Bei der Anmeldung zu Studienreisen ist eine Anzahlung zu entrichten. Gebührenermäßigungen können nicht gewährt werden.

Mit der schriftlichen Anmeldung können Sie dem Lastschriftverfahren zustimmen. Die Einzugsermächtigung bezieht sich immer nur auf die jeweilige Anmeldung. Die Gebühr wird nach Kursbeginn eingezogen.

Überweisungen

Für Kurse in Celle ist die Gebühr.auf das Konto der VHS Celle zu überweisen:
Volksbank Celle eG
BLZ 251 900 01
Konto-Nr. 727 990 600

Bitte beachten Sie, dass alle Außenstellen der VHS eigene Konten haben, auf die die Gebühren für Kurse in den Außenstellen zu überweisen sind.
Bitte Kurs-Nummer, Kurstitel und die Anschrift des Teilnehmenden vollständig angeben, da die Zahlung sonst nicht zuzuordnen ist.

Abmeldung

Bei einer Abmeldung von Kursen können die Gebühren nur dann erlassen werden, wenn eine schriftliche Abmeldung vor Kursbeginn vorliegt.

Bei einem späteren Abbruch des Kursbesuches sind weder eine Gebührenrückzahlung noch eine Stornierung der Gebühren möglich. Abmeldungen, über die nur die Dozenten/innen informiert werden, sind nicht wirksam.

Ein Fernbleiben vom Kurs gilt nicht als Abmeldung. Dies gilt auch für die Außenstellen.
Wurden bereits vor der Abmeldung zum ersten Kursabend Material oder bei Kochkursen Lebensmittel eingekauft, so können die Kosten hierfür nicht erlassen werden.
Beim Rücktritt von **Exkursionen, Bildungsurlaubsseminaren, Wochenseminaren** (montags – freitags) oder **Wochenendkursen** können die Gebühren nur dann erlassen bzw. zurückerstattet werden, wenn eine schriftliche **Abmeldung 10 Tage vor dem Beginn** der Veranstaltung vorliegt.
Beim Rücktritt von **Wochenendexkursionen und Studienreisen** gelten die Stornobedingungen der beauftragten Reiseunternehmen bzw. Leistungsträger. Berechnen müssen wir Ihnen daher die Beträge, die uns von diesen Unternehmen in Rechnung gestellt werden. Zusätzlich berechnen wir eine Rücktrittsgebühr in Höhe von 15,00 €.

Kurswechsel

Wenn Sie von einem Kurs in einen anderen wechseln wollen, teilen Sie dies umgehend der Geschäftsstelle bzw. der Außenstellenleitung mit, da es nur so möglich ist, Ihre Zahlung richtig zuzuordnen und Sie andernfalls mit einer Mahnung rechnen müssen.

Teilnahme/ Programmänderungen

Für Veranstaltungen gelten Mindestbeteiligungen. Die VHS behält sich vor, Termine zu verlegen und Veranstaltungen abzusetzen.
Sollten sich Termine verändern oder ein Kurs abgesagt werden müssen, informieren wir Sie so rasch wie möglich.
Bei der Absage einer Veranstaltung unsererseits werden bereits gezahlte (ggf. anteilige) Gebühren zurückerstattet.
Die Unwirksamkeit einzelner Bestimmungen des Teilnahmevertrages hat nicht die Unwirksamkeit des gesamten Vertrages zur Folge.

Bescheinigungen

Sie können - auf Wunsch - am Ende des kurses Teilnahmebescheinigungen von den Dozenten/-innen erhalten.
Teilnahmebescheinigungen für frühere Semester oder Bescheinigungen, die als Kostennachweis gegenüber anderen Behörden dienen, werden von der Geschäftsstelle bzw. den Außenstellen der VHS gegen Vorauszahlung einer Gebühr in Höhe von 5,00 € ausgestellt.

Haftung

Die VHS Celle und ihre Außenstellen haften im Rahmen der gesetzlichen Bestimmungen für Personen- und Sachschäden. Eine Haftung bei Diebstählen kann nicht übernommen werden; bitte achten Sie selbst auf Ihre Garderobe und nehmen Sie diese ggf. in die Unterrichtsräume mit.

Datenschutz

Wir möchten Sie darauf hinweisen, dass wir computergestützt arbeiten. Die Daten werden ausschließlich für Belange der VHS erfasst.
Die VHS gewährleistet die Nutzung der personenbezogenen Daten im Rahmen der gesetzlichen Vorgaben.

Urheberschutz

Fotografieren, filmen oder Bandmitschnitte in den Veranstaltungen sind nur mit Genehmigung der VHS gestattet. Evtl. ausgehändigtes Lehrmaterial darf ohne Genehmigung der VHS **nicht** vervielfältigt werden.

Kurse, die Sie sich wünschen

Mit diesem Programm haben wir für Sie über 850 Veranstaltungen geplant und vorbereitet. **Wenn Sie in diesem Heft jedoch nicht das finden, was Sie als Weiterbildungsangebot wünschen oder brauchen, teilen Sie uns dies bitte mit.**
Zusätzliche Kurse oder Lehrgänge – maßgeschneidert nach den jeweiligen Anforderungen und auch für geschlossene Lerngruppen, Firmen und Betriebe – lassen sich einrichten.

Sprechen Sie uns an!

Inhaltsverzeichnis

Reisen und Exkursionen

Mensch und Gesellschaft

Kultur

Sprachen

Gesundheit

EDV

Beruf und Qualifizierung

Programmangebot in den Außenstellen

Reisen / Musiktheater / Exkursionen / Wanderungen

Reisen

Programmbereichsleitung:
Karlheinz Rehling

CE0101

Wien: Beethoven, Lippizaner, Jugendstil

6-tägige Busreise vom 2. bis 7. Mai

„Wir Wiener blicken vertrauensvoll in unsere Vergangenheit". Dieses ironische Zitat des Kabarettisten Karl Farkas funktioniert nur, weil eben jene große Vergangenheit dieser österreichischen Metropole existiert.
Die VHS-Studienreise wird an thematisch gegliederten Tagen einige Aspekte Wiens aus Kunst und Geschichte anschaulich machen. Neben einer ausführlichen Stadtrundfahrt (Stephansdom, Ringstraßen, Belvedere, Schönbrunn, Hofburg) stehen der Wiener Jugendstil, besonders mit Otto-Wagner-Bauten, das Musiker-Wien mit Figaro-Haus, Beethoven- und Johann-Strauß-Wohnung und das Kusthistorische Museum auf dem Programm. Ein besonderer Höhepunkt ist eine Vorstellung der Spanischen Reitschule (nicht nur die sogenannte „Morgenarbeit").
Ein genaues Programm ist in der Geschäftsstelle erhältlich.
Reiseleitung: Karlheinz Rehling
Leistungen: Busfahrt mit allen Ausflügen, 5 Hotelübernachtungen im DZ mit Frühstück, Führungen laut Programm (Eintritte nicht eingeschlossen), 1 Karte für die Vorstellung der Spanischen Reitschule,
Vorbereitungsabend am Donnerstag, 26. April, 19.00 - 21.15 Uhr, VHS, Trift 20
Preis (pro Person im DZ):793,00 €
(Anzahlung: 100,00 €)
EZ-Zuschlag:148,00 €

Karlheinz Rehling
mittwochs, ab 2. Mai, 8.00 - 18.00 Uhr, 6 Tage
Celle, Kanzleistraße

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE0102

Der frühe Dürer

3-tägige Kunstreise nach Nürnberg
Freitag, 8. bis Sonntag, 10. Juni

Die größte Dürer-Ausstellung seit 40 Jahren in Deutschland findet in Nürnberg statt, der Geburtsstadt des Meisters.
Schon zu Lebzeiten war er der große AD. Über 120 Exponate werden im Germanischen Nationalmuseum zusammentreffen. Zum ersten Mal gewährt eine Ausstellung Einblick in das Gesamtphänomen „Dürer" und bringt nach 3 Jahren intensiver Forschungsarbeit und Analyse verblüffende Erkenntnisse rund um Dürers Werden und Können ans Licht.
Ein genaues Programm ist in der Geschäftsstelle erhältlich.
Reiseleitung: Tjalda von Arnswaldt
Leistungen: Busfahrt, 2 Hotelübernachtungen im DZ, Eintritte und Führungen laut Programm, Reiseleitung
Preis (pro Person im DZ): 249,00 €
(Anzahlung: 50,00 €)
EZ-Zuschlag: 30,00 €

Tjalda von Arnswaldt
Freitag, 8. bis Sonntag, 10. Juni
Celle, Kanzleistraße

Schriftliche Anmeldung erforderlich

Vorankündigungen

CE0103

Deutsch-Polnische Beziehungen und Geschichte



Bildungsurlaub

Dieses Bildungsseminar ermöglicht eine intensive Auseinandersetzung anhand der bewegten Geschichte Danzigs mit Spezialführungen u. a. durch die Gedenkstätte KZ Stutthof.
Spurensuche in Stutthof, Frombork (Frauenburg) und Nikolaus Kopernikus Museum, Marienburg, historisches und politisches Danzig, Zeitzeugengespräche, Solidarnosc Museum, Danziger Werft.
Leistungen: An- und Abreise, 6 Übernachtungen im 3*-Hotel, Transfer und alle Ausflüge, Eintritte, Vorbereitung und Reiseleitung.

Vorbereitungsabend: Donnerstag, 14. Juni

Ein vollständiges Programm kann unverbindlich ab 20. Februar angefordert werden.

Hartmut Ziesing, Dipl. Sozialwissenschaftler
Sonntag, 2. bis Samstag, 8. September
Celle, Kanzleistraße

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE0104

Potsdam

12. und 13. Oktober

Zum 300. Geburtstag Friedrichs des Großen präsentiert die Stiftung preussische Schlösser und Gärten Berlin-Brandenburg im Neuen Palais von Potsdam in 70 Sälen und im Park Sanssouci den König als Person und Charakter. Diese Wochenendfahrt bietet die Sonderausstellung und die Potsdamer Altstadt.
Reiseleitung: Tjalda von Arnswaldt
Ein genaues Programm erscheint im Laufe des Semesters. Interessenten lassen sich schon jetzt vormerken. Sie erhalten das genaue Programm gleich nach Erscheinen zugesandt.

Tjalda von Arnswaldt
Freitag, 12. und Samstag, 13. Oktober
Celle, Kanzleistraße

CE0105

Emilia Romagna: Verdi, Kunst und Gaumenfreuden

8-tägige Busreise vom 16. bis 23. Oktober

Die Emilia Romagna zählt zu den oberitalienischen Landschaften mit hohem Kulturwert, historischer Tradition von europäischem Rang und gilt als eine der besonderen kulinarischen Regionen Italiens.
Die Reise führt von Cremona und Piacenza über Parma und Busseto (Verdis Landgut Sant Agata liegt in der Nähe) in die berühmte Universitätsstadt Bologna und ganz im Osten nach Ravenna. Die vielfältigen kunsthistorischen Eindrücke werden durch musikalische und kulinarische Erlebnisse verstärkt.
Ein genaues Programm ist in der Geschäftsstelle erhältlich.
Reiseleitung: Karlheinz Rehling
Leistungen: Busfahrt mit allen Ausflügen, 7 Hotelübernachtungen im DZ, pro Tag eine warme Mahlzeit, Führungen laut Programm (Eintritte nicht eingeschlossen, da teilweise für EU-Bürger über 65 frei),
Vorbereitungsabend (Termin wird später bekannt gegeben)
Preis (pro Person im DZ): 895,00 €
(Anzahlung: 100,00 €)
EZ-Zuschlag: 186,00 €

Karlheinz Rehling
dienstags, ab 16. Oktober, 8.00 - 18.00 Uhr, 8 Tage
Celle, Kanzleistraße

Schriftliche Anmeldung erforderlich

MusikTheaterExkursionen

Leitung der Vorbereitungsabende:
Wolfgang Kudraß (+)
Karlheinz Rehling (*)
Eberhard Achilles (#)

CE0250

Musical: Hello Dolly

Theater Magdeburg

Das Erfolgsmusical von Jerry Herman nach einem Stück von Thornton Wilder
Samstag, 18. Februar

Vorbereitungsabend (*): Donnerstag, 16. Februar, 20.10 - 21.40 Uhr (2 UStd.)
VHS, Trift 20, Saal

CE0251

Blaubart: Doppelabend

Theater Bremen

Zwei Kurzopern werden kombiniert:
Bartoks „Herzog Blaubarts Burg" und die Kammeroper „Blaubart" von Franz Hummel nach Texten von Sigmund Freud und Georg Trakl
Donnerstag, 1. März

Vorbereitungsabend (+): Montag, 27. Februar, 19.00 - 20.30 Uhr (2 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9

CE0252

Paisiello, König Theodor in Venedig

Hamburger Kammeroper

Komische Oper eines der beliebtesten Komponisten der Mozart-Zeit
Sonntag, 11. März

Vorbereitungsabend (*):
Donnerstag, 8. März,
20.10 - 21.40 Uhr (2 UStd.)
VHS, Trift 20, Saal

CE0253

Ballett: Die Kameliendame

Hamburgische Staatsoper

John Neumeiers genialer Wurf zum x-ten Mal in unserem Programm
Donnerstag, 15. März

Vorbereitungsabend (*):
Donnerstag, 8. März,
18.30 - 20.00 Uhr (2 UStd.)
VHS, Trift 20, Saal

CE0254

Wochenende Meiningen

„Maß für Maß" und „Das Liebesverbot"

Shakespeares Tragikomödie und das Frühwerk von Richard Wagner zum gleichen Stoff werden im neu renovierten Meininger Theater geboten. Ein interessantes Beiprogramm ergänzt das Theater-Wochenende.
Freitag, 16. bis Sonntag, 18. März
Preis (pro Person im DZ): 327,00 €
(EZ-Zuschlag 15,00 €)

Vorbereitungsabend (+):
Mittwoch, 14. März,
19.00 - 20.30 Uhr (2 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9

CE0255

Brahms, Deutsches Requiem

Dom Bremen

„Das Deutsche Requiem" von Johannes Brahms wird im Bremer Dom in multimedialer Form mit Tanz und filmischen Elementen von den Bremer Philharmonikern aufgeführt.
Mittwoch, 28. März

Vorbereitungsabend (+):
Mittwoch, 21. März,
19.00 - 20.30 Uhr (2 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9

CE0256

Puccini, Manon Lescaut

Hamburgische Staatsoper

Puccinis erster Welterfolg wird in einer Neuproduktion gezeigt
Sonntag, 15. April

Vorbereitungsabend (+):
Donnerstag, 12. April,
19.00 - 20.30 Uhr (2 UStd.)
VHS, Trift 20, Saal

CE0257

Calderon, Das Leben ist Traum

Theater Bremen

Das große Barockdrama um den einsam erzogenen Prinzen Sigismund stellt existenzielle Fragen nach Schein und Sein, Schicksal und freiem Willen
Samstag, 21. April

Vorbereitungsabend (+):
Donnerstag, 19. April,
19.00 - 20.30 Uhr (2 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9

CE0258

Fibich, Sárka

Staatstheater Braunschweig

Die Reihe verdienstvoller Ausgrabungen für das Repertoire wird mit der deutschen Erstaufführung des tschechischen Oper über einen mythischen Amazonenkrieg in Böhmen fortgesetzt. Die Oper wird in deutsche Sprache gegeben.
Freitag, 27. April

Vorbereitungsabend (+):
Mittwoch, 25. April,
19.00 - 20.30 Uhr (2 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9

CE0259

Offenbach, Hoffmanns Erzählungen

Theater Magdeburg

Offenbachs einzige Oper ist ein konkreter Wunsch aus dem Kreis unserer Exkursionsteilnehmer
Freitag, 4. Mai

Vorbereitungsabend (#):
Mittwoch, 2. Mai,
19.00 - 20.30 Uhr (2 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9

CE0260

Ballett: Die kleine Meerjungfrau

Hamburgische Staatsoper

Neumeiers Ballett-Version des Andersen-Märchens wird in dieser Spielzeit wieder aufgenommen
Mittwoch, 9. Mai

Vorbereitungsabend (*):
Donnerstag, 26. April,
18.30 - 20.00 Uhr (2 UStd.)
VHS, Trift 20, Saal

CE0261

Strauss, Ariadne auf Naxos

Hamburgische Staatsoper

Hofmannsthal verwebt Commedia dell'arte und antikes Drama mit einer Rahmenhandlung im „Haus des reichsten Mannes von Wien"
Mittwoch, 23. Mai

Vorbereitungsabend (*):
Montag, 21. Mai,
20.10 - 21.40 Uhr (2 UStd.)
VHS, Trift 20, Saal

CE0262

Puccini, Tosca

Theater Bremen

Die wohl leidenschaftlichste und dramatischste Oper des großen Italieners
Sonntag, 17. Juni

Vorbereitungsabend (#):
Mittwoch, 13. Juni,
19.00 - 20.30 Uhr (2 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9

CE0263

Ballett: Renku

Hamburgische Staatsoper

Zu den Ballett-Tagen lässt John Neumeier eine Reihe von Nachwuchs-Choreographen mit seiner Compagnie arbeiten
Freitag, 29. Juni

Vorbereitungsabend (*):
Montag, 25. Juni,
20.10 - 21.40 Uhr (2 UStd.)
VHS, Trift 20, Saal

CE0264

Verdi, Die Lombarden

Domstufenfestspiele Erfurt

Mit den „Lombarden auf dem ersten Kreuzzug" beginnen 1843 Verdis Galeerenjahre mit 14 Opern bis 1851. Die Oper thematisiert den Zusammenprall von Kulturen und Religionen

Sonntag, 15. und Montag, 16. Juli
Preis (für Fahrt, Übernachtung im DZ mit Frühstück, Karte, Ortsprogramm, Vorbereitung, Reiseleitung): 198,00 €
(EZ-Zuschlag 20,00 €)

Vorbereitungsabend (+):
Mittwoch, 11. Juli,
19.00 - 20.30 Uhr (2 UStd.)
VHS, Trift 20, Saal

Die **Teilnehmergebühr** für die Fahrten nach Hamburg, Bremen und Braunschweig beträgt 34,00 €. Für die Eintrittskarte ist zusätzlich mit ca. 30,00 bis 61,00 € zu rechnen.
Bei jedem **Rücktritt** wird eine Stornogebühr von 10,00 € berechnet. In dem Zeitraum ab sechs Wochen vor der Veranstaltung können bestellte Karten von der VHS nicht mehr zurückgenommen werden. In Einzelfällen gelten auch längere Stornofristen. Die Stornofrist für den Fahrtanteil beträgt 10 Tage. Bei Mehrtagesfahrten gelten zusätzlich die Stornobedingungen des beauftragten Unternehmens.
Abfahrtsort für alle Fahrten:
Parkplatz Schützenplatz.
Anmeldungen zu diesen Exkursionen sind **nur schriftlich** auf gesondertem Anmeldeformular an die Geschäftsstelle der VHS Celle, Trift 20, 29221 Celle, möglich.
Die **Kosten** (Teilnehmergebühr und Kartenpreis) werden nach der Veranstaltung durch Lastschrift eingezogen.

CE0265

Beethovenfest Bonn

Beethovenhalle Bonn

Große Werke (Beethovens Neunte, Mahlers Erste), große Orchester (Birmingham Symphony Orchestra, London Symphony Orchestra), große Dirigenten (Michael Tilson Thomas, Andris Nelsons): das ist der Auftakt zum Beethovenfest 2012.
Wir erleben an 3 Tagen 2 große Konzerte und ein intensives Bonn-Programm (Beethovenhaus, Kunsthalle).

Freitag, 7. bis Sonntag, 9. September Preis (für Fahrt, 2 Übernachtungen im DZ mit Frühstück, Konzertkarten, Ortsprogramm, Vorbereitung, Reiseleitung): 359,00 € (EZ-Zuschlag 30,00 €)

Vorbereitungsabend (*):
Montag, 3. September, 20.10 - 21.40 Uhr (2 UStd.)
VHS, Trift 20, Saal
Gebühr: 359,00 €

Tagesexkursionen

CE0301

Berlin - Museumsinsel

Pergamon - Panorama der antiken Metropole

Begleitend zur Museumsausstellung errichtete Yadegar Asisis im Ehrenhof des Pergamon Museums ein neues monumentales 360 Grad-Panorama. Die erste große Gesamtschau! Dieses Rundbild macht die antike Kultur, die Architektur und das Leben in einer griechisch-römischen Stadt des Altertums unmittelbar erlebbar - vom Sonnenaufgang bis zum Sonnenuntergang. Es ist eine Zeitreise ins Jahr 124 n. Chr.
Anschließend besichtigen wir dazu im Pergamon-Museum die Sonderausstellung mit vielen noch nie gezeigten Exponaten.

Tjalda von Arnswaldt
Donnerstag, 16. Februar,
Abfahrt 7.00 Uhr (8 UStd.)
Celle, Kanzleistraße
Gebühr: 78,00 € (für Fahrt, Eintritt, Führung, Reiseleitung)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE0302

Franziskus - Licht aus Assisi

Ausstellung in Paderborn

Im Erzbischöflichen Diözesanmuseum gibt es erneut eine exklusive Mittelalterausstellung. Sie gilt Franz von Assisi. Er ist einer der eindruckvollsten und bis heute populärsten Heiligen des Mittelalters. Er war ein Leitstern seiner Zeit. Erstmals treffen in Paderborn eine Vielzahl qualitätsvoller, hochkarätiger Exponate aus dem Sacro Convento zu Assisi sowie aus zahlreichen internationalen Museen und Bibliotheken auf Zeit zusammen. Gezeigt werden Werke der frühen italienischen Tafelmaler, spätmittelalterliche Freskenfolgen sowie barocke und bibliophile Meisterwerke.
Nach gemeinsamem Mittagessen besuchen wir die Glasmalerei Peters. Der Kunstglasbetrieb restauriert historische Glasfenster. Er zählt zu den renommierten Werkstätten für Glasgestaltung sowohl in traditionellen als auch in modernen Techniken.

Tjalda von Arnswaldt
Mittwoch, 28. März,
Abfahrt 8.00 Uhr (8 UStd.)
Celle, Kanzleistraße
Gebühr: 71,00 € (für Fahrt, Eintritte, Führung, Mittagessen, Reiseleitung)

CE0303

Fahrradexkursion zur Weserrenaissance

Schloss Bevern und Amtshof Forst an der Weser

Nach der Anreise mit der Regionalbahn fahren wir von Stadtoldendorf aus durch die landschaftlich reizvolle Vogler-Region, das Land Wilhelm Raabes. In Bevern besichtigen wir das imposante Schloss, das Anfang des 17. Jahrhunderts im Stil der Weserrenaissance errichtet wurde. Die neue Ausstellung „Erlebniswelt Renaissance“ gibt Auskunft über den Bauherrn, den erfolgreichen „Unternehmer“ und cleveren Geldverleiher Statius von Münchhausen.
Weiter geht es zum alten Amtshof, idyllisch an der Weser gelegen. Der eindrucksvolle Kornspeicher, ein Renaissance-Bau, erinnert an den einstigen boomenden Getreideexport auf dem Fluss. Auf dem Weser-Radweg erreichen wir unser letztes Ziel: die Fachwerkstadt Holzminden.
Ca. 26 km, leicht hügelig

Bitte Fahrrad, Regenzeug und Proviant mitbringen. Eine Einkehrmöglichkeit wird es geben.

Dr. Catherine Atkinson, Historikerin
Samstag, 19. Mai,
Abfahrt 7.30 Uhr (8 UStd.)
Treffpunkt: Celle, Hauptbahnhof
Gebühr: 41,00 € (für Bahnfahrt, Fahrradkarte, Eintritt, Führungen)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE0304

Thymian, Dill und andere Spitzen

Eine neue Kräutertour ins Rotenburger Land

Wir beginnen mit einem Kräutergarten im Raum Ottersberg. Es ist ein EU-Projekt. Danach stärken wir uns mit „krautigem Essen“. Am Nachmittag folgt eine Führung im größten deutschen Gartenbaubetrieb für Kräuter und Duftpflanzen. Zum Abschluss sind wir Gäste im Privatgarten Gester.

Tjalda von Arnswaldt
Donnerstag, 31. Mai,
Abfahrt 9.00 Uhr (8 UStd.)
Celle, Kanzleistraße
Gebühr: 68,00 € (für Busfahrt, Eintritte, Führungen, Mittagessen, Reiseleitung)

Schriftliche Anmeldung erforderlich



Projekt „Kulturelle KLICKS“:
„Celle“
Foto: Joachim Groß

CE0305

Schaumburger Residenzstadt Stadthagen und Umgebung

Fahrradexkursion

Nach der Anreise per Bahn fahren wir auf kleinen Straßen und Radwegen durch die abwechslungsreiche Landschaft um Stadthagen und sehen in den Dörfern die alten Fachwerkbauernhäuser mit Rundwalm, der so genannten Schaumburger Mütze. Im Mittelpunkt der Fahrt steht die Erkundung von Stadthagen mit seinen Stadtwällen und imposanten Gebäuden der Weserrenaissance (Schloss, Rathaus, Lateinschule etc.) Die im 13. Jh. angelegte Stadt war lange Zeit die Residenz der Schaumburger Grafen, bis sie nach Bückeburg verlegt wurde. Ein Highlight ist das kunsthistorische einzigartige Mausoleum mit dem Grabmal des Grafen Ernst (gest. 1622). Der Bau schließt sich an den Chorraum der Martinikirche an und enthält eindrucksvolle, lebensgroße Bronzeskulpturen von Adriaen de Vries.
Ca. 32 km, teils flach, teils leicht hügelig. Zustieg in Hannover möglich (bitte bei Anmeldung angeben).

Bitte Fahrrad, Regenzeug und Proviant mitbringen. Eine Einkehrmöglichkeit wird es geben.

Dr. Catherine Atkinson, Historikerin
Samstag, 16. Juni,
Abfahrt 8.30 Uhr (8 UStd.)
Treffpunkt: Celle, Hauptbahnhof
Gebühr: 38,00 € (für Bahnfahrt, Fahrradkarte, Eintritt, Führung)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE0306

Duderstadt - Gut Herbigshagen

Tagesexkursion

Duderstadt ist der Mittelpunkt des Unteren Eichsfeldes, der „Goldenen Mark", eine fruchtbare Gegend. Der Ort wurde erstmals 929 erwähnt, erlangte im Mittelalter dank seiner verkehrsgeografischen Lage eine hervorragende Bedeutung. Die alte Stadtbefestigung ist weitgehend erhalten. Besondere Beachtung verdient das Westertor. In der Altstadt werden wir auf einem Stadtspaziergang eine Fülle schöner Fachwerkhäuser aus verschiedenen Stilepochen sehen, dazu das imposante Rathaus und stattliche Kirchen.
Nach der Mittagspause geht es zum Gut Herbigshagen, dem 1. Heinz Sielmann Natur-Erlebniszentrum Deutschlands. Wir haben eine Führung und werden mit Kaffee und Kuchen verwöhnt. Danach bleibt noch Zeit für das Natur-Erlebnishaus.

Tjalda von Arnswaldt
Donnerstag, 19. Juli,
Abfahrt 7.30 Uhr (8 UStd.)
Kanzleistraße
Gebühr: 64,00 € (für Fahrt, Eintritte, Führungen, Kaffeegedeck, Reiseleitung)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE0307

Sommer-VHS: Worpswede



Tagesexkursion

Diese Tagesfahrt in das Künstlerdorf im Teufelsmoor bietet Ihnen unter fachkundiger Anleitung die (Wieder-)Begegnung mit den Worpsweder Künstlern (Vogeler, Modersohn, Mackensen, zum Ende u.a.) in den wichtigsten Sammlungen des Ortes.

Karlheinz Rehling
Donnerstag, 23. August,
8.00 - 18.00 Uhr (8 UStd.)
Kanzleistraße
Gebühr: 63,00 € (für Fahrt, Eintritte und Führung)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

Naturkundliche Fahrten / Wanderungen

Programmbereichsleitung:
Markus Fink



Für die folgenden Veranstaltungen ist die Teilnehmerzahl begrenzt. Schriftliche Anmeldungen sind erforderlich; diese werden in der Reihenfolge des Einganges berücksichtigt und bestätigt.
Alle Fahrten bei den Exkursionen erfolgen mit privaten PKW (oder in Fahrgemeinschaften) auf Kosten und in Verantwortung der Teilnehmenden, sofern nicht ausdrücklich andere Verkehrsmittel genannt werden.

CE0401

Was blüht denn da?

... ist der Titel eines bekannten Bestimmungsbuches und eine häufig gestellte Frage auf unseren Spaziergängen. Die pflanzenkundlichen Wanderungen sollen Ihnen die Artenvielfalt unserer heimischen Flora näher bringen und den Blick für viele kleine Schönheiten am Wegesrand öffnen.

Bestimmungsbücher und Lupe sollten – soweit vorhanden – mitgebracht werden.

Gabriele Ellermann
Dienstag, 5. und 19. Juni, 3. und 17. Juli , jeweils 9.00 - ca. 12.00 Uhr, 4 Vormittage (16 UStd.)
Parkplatz Schulzentrum Burgstraße
Gebühr: 40,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

Reiseberichte / Länderkunde

CE0501

Tjumen und Tobolsk - die ersten russischen Städte in Sibirien

Vor über 400 Jahren entstanden die beiden Städte fast 2000 km von Moskau entfernt und wurden sofort zum kulturellen und industriellen Zentrum im östlichen Teil Russlands. Das Leben vieler berühmter russischer Persönlichkeiten ist eng mit Tjumen und Tobolsk verbunden: hier sind geboren Dmitrij Mendeleev - berühmter russischer Wissenschaftler, Komponist Aleksandr Aljabjev. Dekabristen und Fjodor Dostojewskij lebten hier in der Verbannung, die Familie des letzten russischen Zaren verbrachte hier ihre letzten freien Tage.
Heute ist Tjumen die inoffizielle Erdölhauptstadt Russlands, eine Universitätsstadt mit ca. 600.000 Einwohnern und seit 1994 Partnerstadt von Celle.

Evgenia Panteleeva-Stammen
Dienstag, 21. Februar,
18.30 - 20.45 Uhr (3 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 7,00 €

CE0502

Zum Dach der Welt: Nepal

Wo Buddha sich mit den Hindu-Göttern versteht: Ein faszinierendes Land vor der Kulisse des Himalayamassivs. Sie erleben in einer Bildpräsentation die drei Königsstädte: Kathmandu, Pathan und

Bhaktapur. Bei einem Himalaya-Rundflug ist der Mount Everest zum Greifen nah. Fauna und Flora sind weitere Höhepunkte im Chitwan-Park im Süden Nepals.

Rosemarie Schilling
Dienstag, 28. Februar,
19.00 - 21.15 Uhr (3 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 7,00 €

CE0503
Russlands Nordwesten
Karelien - St. Petersburg - Ilmensee

Im Sommer 2010 konnten wir eine außergewöhnliche Reise nach Russland unternehmen. Drei Wochen waren wir auf eigene Faust unterwegs und haben bei drei befreundeten russischen Familien gelebt, in den für Russland üblichen Plattenbauten. Der Vortrag berichtet von dem „normalen" russischen Alltag und täglichen Überlebenskampf, von den lebendigen Städten St. Petersburg und Nowgorod, von der herrlichen Landschaft, den Seen und Wäldern in Karelien, vom Wochenende auf der Datscha, von den weißen Nächten, von den vielen orthodoxen Kirchen und Klöstern.

Peter Kuhlmann, Diplom-Theologe
Montag, 5. März,
19.00 - 21.15 Uhr (3 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 7,00 €

CE0504
Griechenland

Eine Reise in Bildern von Athen bis Thessaloniki, über Stätten der Antike, wie Mykene, Olympia und Delphi. Auch eindrucksvolle Landschaften bei den Meteoraklöstern sowie beim Berg Athos werden Ihnen geboten.
Überlieferungen aus der griechischen Sagenwelt ergänzen den Reisebericht.

Rosemarie Schilling
Dienstag, 13. März,
19.00 - 21.15 Uhr (3 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 7,00 €

CE0505
Von West-Kanada nach Alaska mit Schiff und Bus

Von der Millionenmetropole Vancouver führt die Reise entlang der legendären „Inside Passage" in die Wildnis Alaskas. Stationen auf der Reise: Ketchikan, Juneau mit Mendenhall-Gletscher, die ehemalige Goldgräbersiedlung Skagway und die Gletscherwelten von Glacier-Bay und College-Fjord. Mit dem Bus führt die Fahrt dann von Seward über Anchorage und den Denali-Nationalpark nach Fairbanks.

Petra Petersen, Lehrerin (StR)
Donnerstag, 19. April,
18.30 - 20.45 Uhr (3 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 6
Gebühr: 7,00 €

CE0506
Amsterdam

Eine Stadt, von der es heißt, sie liege unterhalb des Meeresspiegels. Eine Stadt, die auf Pfählen gebaut ist. Gibt es da Straßen, Plätze, Häuser? Ja - gibt es!
Entdecken Sie die Schönheiten Amsterdams und die Besonderheiten seiner Architektur.

Kerstin Nürnberg-Brandes, Kunsthistorikerin
Dienstag, 13. März,
10.00 - 12.15 Uhr (3 UStd.)
Sophien-Stift, Blumläger Kirchweg 1, Festsaal
Gebühr: 7,00 €

CE0507
Brüssel

Die unentdeckte Stadt. Prachtalleen, Jugendstilviertel, moderne Architektur - kaum jemand kennt diese pulsierende Stadt außerhalb der Nachrichten der EU. Oder wussten Sie, dass in Brüssel die viertgrößte Kirche der Welt steht?
Lassen Sie sich von der Schönheit Brüssels überraschen!

Kerstin Nürnberg-Brandes, Kunsthistorikerin
Dienstag, 27. März,
10.00 - 12.15 Uhr (3 UStd.)
Sophien-Stift, Blumläger Kirchweg 1, Festsaal
Gebühr: 7,00 €

CE0508
Unter dem Kopftuch durch den Iran

Petra Henjes reiste im Frühjahr 2011 in den Iran und besuchte die historischen und kulturellen Zentren des Landes. Schon bei der Vorbereitung war zu bedenken: Ohne Kopftuch und langen Mantel würde es nicht gehen. Sie berichtet von ihren Begegnungen und Erlebnissen mit beeindruckenden Menschen jenseits des politischen Alltags.

Petra Henjes
Donnerstag, 19. April,
18.00 - 20.15 Uhr (3 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 7,00 €

Stadt Celle

CE0601
Wir lernen Celle kennen
Für Kinder im Alter von 6 - 11 Jahren in Begleitung Erwachsener

Wohnt im Celler Schloss noch immer eine Prinzessin? Wie hoch mag wohl der Turm der Stadtkirche sein? Antworten auf diese Fragen und viel Interessantes über die Sitten, das Leben und die Menschen in unserer alten Fachwerkstadt Celle können Kinder im Alter von 6 - 11 Jahren in Begleitung ihrer Eltern oder Großeltern bei einem kindgerechten Stadtspaziergang erfahren.

Marlene Pferdekämper, Stadtführerin
Samstag, 14. April,
10.30 - 12.00 Uhr (2 UStd.)
Treffpunkt: Brücke vor dem Schloss
Gebühr: 7,50 € (Gebühr für 1 Erwachsenen und 1 Kind)

CE0602
Lernen Sie Celle kennen!
Für Neu- und Altbürger/-innen unserer Stadt

Unterhaltsame Stadtführung in Form eines reich bebilderten Vortrages mit zahlreichen Informationen und Hinweisen, die bei einem Stadtrundgang zu Fuß verborgen bleiben.

Inhalte:
Das Werden der (Alt-)Stadt in Stadtentwicklungsphasen

- von den Ursprüngen in der untergegangenen Vorgängersiedlung bei Altencelle
- über die Neugründung an der heutigen Stelle und ihre Entwicklung
- bis zum 20. Jahrhundert

Ein Schwerpunkt wird gelegt auf Baustilkunde mit zahlreichen Bildbeispielen sichtbarer Zeugnisse aus den verschiedenen Stadtentwicklungsphasen.

Joachim Schade, Gästeführer
Mittwoch, 22. Februar,
19.00 - 21.15 Uhr (3 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 7,00 €

CE0603
Celler Aus- und Ansichten
Wochenendseminar

Erleben Sie Celle einmal anders; im Inneren der Häuser, in lauschigen Winkeln, auf Dachgärten, in Kellern oder gar in großen festlichen Sälen. Sie hören Geschichten, lauschen Vogelstimmen, finden Schätze und erfahren vieles aus längst vergangenen Zeiten. Lassen Sie sich führen und verführen zur Lust am Entdecken der versteckten Ansichten.
Treffpunkte werden im Seminar bekannt gegeben.

Petra Thar, Gästeführerin
Freitag, 2. März, 19.00 - 21.00 Uhr,
Samstag, 3., 10. und 17. März,
jeweils 10.00 - 12.00 Uhr (10,7 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 3
Gebühr: 29,40 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE0604
Mit dem Fahrrad durch Celle

Die Innenstadt? Man kennt sie. Aber unmittelbar am Rand der Innenstadt gibt es so herrliche Besichtigungspunkte, die es sich anzusteuern lohnt, um viel über Celle und seine Geschichte zu erfahren.

Reiner Bones
Freitag, 23. März,
15.00 - 17.15 Uhr (3 UStd.)
Treffpunkt: Brücke vor dem Schloss
Gebühr: 7,50 €

CE0605
Suchen und finden von Geschichte(n) in Celle

Mit dem Fahrrad machen wir uns auf und ergründen die Geschichte Celles.
Versteckt auf Weiden, Feldern, Hügeln und in Wäldern in und um unserer Stadt gibt es viel zu entdecken, was Geschichte „begreifbar" macht. So wächst während jeder Tour das Verständnis für ein Leben

im Mittelalter und sogar davor. Lassen Sie sich überreden!

Bitte neben dem Fahrrad eine Picknickdecke und Verpflegung mitbringen.

Petra Thar, Gästeführerin
samstags, ab 14. April,
10.00 - 15.00 Uhr, 2 Tage (13,3 UStd.)
Treffpunkt: Pfennigbrücke
Gebühr: 16,50 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE0606

Suchen und finden von Geschichte(n) in Celle

Kursinhalt s. o.

Bitte neben dem Fahrrad eine Picknickdecke und Verpflegung mitbringen.

Petra Thar, Gästeführerin
samstags, ab 23. Juni,
10.00 - 15.00 Uhr, 2 Tage (13,3 UStd.)
Treffpunkt: Pfennigbrücke
Gebühr: 16,50 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich



Projekt „Kulturelle KLICKS": „Details Arbeitsleben" Foto: Jan Kuhtz

CE0607

Moderne Kunst im Stadtbild Celles



In der frühneuzeitlichen Altstadt Celle mit ihrer mittelalterlichen Stadtanlage sind im Laufe der Jahre eine Vielzahl von Skulpturen zeitgenössischer Kunst aufgestellt worden, die sich z.T. wie selbstverständlich ins Stadtbild fügen. Auf diesem Rundgang wollen wir uns näher mit diesen Objekten moderner Kunst beschäftigen.

Achim Meinecke, Gästeführer
Donnerstag, 19. April, (3 UStd.)
Treffpunkt: Brücke am Schloss
Gebühr: 7,50 €

CE0608

„Wol Gott vertraut"

Hausinschriften in der Celler Altstadt

Bleiben Sie auch manchmal stehen und lesen die Sprüche an den Häusern? Haben Sie schon einmal gezählt, wie oft der Spruch „Wol Gott vertraut" verwendet wurde? Oder sich gefragt, was die Abkürzung „IGFVWKWVS" bedeutet oder was es mit dem „Gänsekönig" auf sich hat? Die Celler Inschriften stehen im direkten Zusammenhang mit unserer Stadtgeschichte und der Entwicklung von Baustilen.
Nach einer Einführung sehen wir uns auf einem Rundgang ausgewählte Häuser in der Altstadt an.

Jutta Baars, Gästeführerin
Montag, 7. Mai, 18.30 - 21.30 Uhr (4 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 10,00 €

CE0609

„Du wat do wut de Lue snackt doch"

Plattdeutsche Hausinschriften in der Celler Altstadt

Schmunzeln Sie auch immer mal wieder über die plattdeutschen Sprüche an unseren Celler Fachwerkhäusern? Haben Sie schon mal Inschriften an Hinterhäusern und Seitenflügeln gelesen? Machen Sie sich mit mir auf den Weg, Bekanntes wieder zu sehen und Unbekanntes zu entdecken.

Jutta Baars, Gästeführerin
Montag, 21. Mai, 18.30 - 20.45 Uhr (3 UStd.)
Treffpunkt: Brunnen am Brandplatz
Gebühr: 7,50 €

CE0610

Sommer-VHS: Fassadengucken und -entdecken

Sommerlicher Streifzug zu Hausinschriften der Celler Altstad



Sie haben Ferienbesuch von außerhalb oder möchten einmal bewusst ohne Zeitdruck und Einkaufsliste durch die Celler Altstadt schlendern? Für Eingeborene, Einheimische und Gäste bietet dieser Rundgang überraschende Eindrücke an den Fassaden der historischen Altstadt.

Jutta Baars, Gästeführerin
Dienstag, 28. August,
15.00 - 17.15 Uhr (3 UStd.)
Treffpunkt: Altes Rathaus
Gebühr: 7,50 €

CE0611

Welfengeschichte ist langweilig?

Keineswegs! In diesem Kurs sollen die mächtigsten Herzöge der Welfen, später des Hauses Hannover, die schillerndsten Damen, die wichtigsten politischen Weichenstellungen und Verknüpfungen mit anderen Häusern besprochen und auf das aktuelle Haus Hannover hingewiesen werden.

Reiner Bones
mittwochs, ab 7. März,
18.30 - 20.00 Uhr, 4 Abende (8 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 20,00 €

CE0612

Archäologische Fahrradtour

in der Umgebung von Celle

Mehrere urgeschichtliche und geschichtliche Kulturdenkmäler sowie archäologische Fundplätze am südlichen Stadtrand von Celle zeugen von einer sehr wechselhaften Siedlungsgeschichte dieser Gegend. Die trockenen, aber wassernahen Sanddünen, die das Aller- und das Fuhsetal säumen, boten Wohnraum und Platz für Begräbnisse in verschiedenen urgeschichtlichen Epochen – denken wir zum Beispiel an den mittelsteinzeitlichen Aufenthaltsplatz an der Schinderkuhle und an den eisenzeitlichen Urnenfriedhof auf dem Schwalbenberg. Im frühen und hohen Mittelalter fanden Siedlungsvorgänge in der Umgebung von Altencelle und Burg statt, in denen die Entwicklung der späteren Stadt Tsellis, der Mutterstadt der heutigen Stadt Celle, wurzelte.
Bei dieser Fahrradtour, die maximal 18 km beträgt, wollen wir auf die Suche nach Spuren alter Besiedlung im Gelände gehen.
Fundmaterial und Dokumentation von archäologischen Untersuchungen werden gezeigt, um frühere Lebensarten anschaulicher zu machen.

Dr. Catherine Atkinson, Historikerin
Sonntag, 3. Juni,
14.00 - 18.00 Uhr (5,3 UStd.)
Celle: Pfennigbrücke
Gebühr: 13,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich



1. Celler Stadtführung in Szenen am Samstag, 18. Juni **siehe CE2108**



Haben Sie Anregungen für unsere neue Programmplanung?

Fehlt Ihnen im VHS-Programm ein Thema, ein Kursangebot?

Was wollten Sie uns schon immer mal sagen?

Haben Sie konstruktive, kritische Anmerkungen, die uns helfen können, unsere Qualität als Bildungsträger vor Ort zu entwickeln?

Wir freuen uns über Ihre Vorschläge.

Rufen Sie uns an:
VHS Celle, Tel: 05141-9298-0



Die Kinderakademie

Die Begeisterung für Wissenschaft kann nicht früh genug geweckt werden!

Die Kinderakademie „Collegium Cellense"

- arbeitet wie eine Universität – ohne Zulassungsbeschränkungen – mit einem Winter- und Sommersemester, ca. 7 - 8 Vorlesungen pro Semester und einem „Studentenausweis"
- will Kindern im Alter zwischen 8 und 12 Jahren wissenschaftliche Themen, Forschung, Technik, Lebenswelten und Fragestellungen außerschulisch zugänglich machen und sie dafür begeistern
- will Wissbegierde und Wissenspotentiale bei Kindern zusätzlich fördern

Die Welt unter die Lupe genommen
Unterhaltsam und verständlich werden knifflige Fragen beantwortet

Im Frühjahrsemester 2012 finden folgende Veranstaltungen statt:

Themen und Professoren/-innen	**Datum, Uhrzeit und Ort**
„Warum duften Blumen und schmecken Samen bitter?" Prof. Dr. Dirk Selmar Institut für Pflanzenbiologie, Technische Universität Braunschweig	**Donnerstag, 09.02.2012** 16:00 – 17:00 Uhr Halle 16, CD-Kaserne
„Warum braucht ein Flugzeug mehr als einen Motor?" Prof. Dr. Jens Friedrichs Institut für Flugantriebe und Strömungsmaschinen, Technische Universität Braunschweig	**Donnerstag, 23.02.2012** 16:00 – 17:00 Uhr Halle 16, CD-Kaserne
„Warum können Pflanzen Krankheiten heilen?" Prof. Dr. Ludger Beerhues Institut für Pharmazeutische Biologie, Technische Universität Braunschweig	**Donnerstag, 22.03.2012** 16:00 – 17:00 Uhr Halle 16, CD-Kaserne
Das Geheimniss der 36 Fragezeichen: „Was verraten Deine Zähne über Dich?" Prof. Dr. Meike Stiesch Abteilungsleiterin Zahnärztliche Prothetik und Werkstoffkunde der Medizinischen Hochschule	**Donnerstag, 19.04.2012** 16:00 – 17:00 Uhr Halle 16, CD-Kaserne
„Warum sehe ich auf Fotos anders aus als im echten Leben?" Prof. Dr. Hubertus von Amelunxen Präsident der Hochschule für Bildende Künste, Technische Universität Braunschweig	**Donnerstag, 26.04.2012** 16:00 - 17:00 Uhr Halle 16, CD-Kaserne
„Wie lebte es sich in einer mittelalterlichen Stadt?" Prof. Dr. Jürgen Sarnowsky Universität Hamburg, Fakultät für Geisteswissenschaft, Fachbereich Geschichte	**Donnerstag, 10.05.2012** 16:00 – 17:00 Uhr Halle 16, CD-Kaserne
„Warum gibt es Verbrecher?" Prof. Dr. Hans-Joachim Plewig Professor für Strafrecht und Soziale Nachhaltigkeit, Leuphana Universität Lüneburg	**Donnerstag, 31.05.2012** 16:00 – 17:00 Uhr Halle 16, CD-Kaserne
„Wie funktioniert unser Gehirn?" Prof. Dr. med. Christian Büchel Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf, Institut für systemische Neurowissenschaft	**Donnerstag, 07.06.2012** 16:00 – 17:00 Uhr Halle 16, CD-Kaserne

Anmeldungen nimmt die VHS Celle und die CD-Kaserne entgegen:
„Studentenausweis" für alle Veranstaltungen im Frühjahrsemester 2012 = 10.- €
Für eine einzelne Vorlesungsveranstaltung 2.- € / Tageskasse

Anspruchsberechtigte, einkommenschwache Familien können über den Landkreis Celle Tel. 0 51 41 - 916 - 4080 ein Förderung nach dem Bildungspaket/Kulturelle Teilhabe beantragen.











Junge VHS

Gemeinsam... Familienangebote

CE0601
Wir lernen Celle kennen
Für Kinder im Alter von 6 - 11 Jahren in Begleitung Erwachsener

Wohnt im Celler Schloss noch immer eine Prinzessin? Wie hoch mag wohl der Turm der Stadtkirche sein? Antworten auf diese Fragen und viel Interessantes über die Sitten, das Leben und die Menschen in unserer alten Fachwerkstadt Celle können Kinder im Alter von 6 - 11 Jahren in Begleitung ihrer Eltern oder Großeltern bei einem kindgerechten Stadtspaziergang erfahren.

Marlene Pferdekämper, Stadtführerin
Samstag, 14. April,
10.30 - 12.00 Uhr (2 UStd.)
Treffpunkt: Brücke vor dem Schloss
Gebühr: 7,50 € (Gebühr für 1 Erwachsenen und 1 Kind)

CE0901
Das ideale Haustier
für uns, für unser/e Kind/er

Familien mit Kindern, die sich gedanklich mit dem Thema „Welches Haustier ist ideal für uns, für unser/e Kind/er?“ auseinandersetzen, erhalten hier wertvolle Anregungen.
Unsere Themen sind:

- Vorstellung der Ansprüche und artgerechten Haltungsbedingungen sowie der Eignung für Kinder von u.a. Kaninchen, Meerschweinchen, Hamstern, Zwerghamstern, Chinchillas, Degus, Mäusen, Katzen, Hunden, Wellensittichen ...
- Kosten, Pflichten, Nutzen, Pflege, Gesundheit, Urlaub etc.
- Wie lernt mein Kind Verantwortung zu übernehmen?
- Die kritische Auseinandersetzung von Wunsch und Wirklichkiet, Klärung von Erwartungshaltungen an Kind und Haustier.

Willkommen sind auch Ihre Themen und Wünsche.

Nadine Geißler, Hundetrainerin, Dipl. Sozialpädagogin
Montag, 19. März,
18.00 - 20.15 Uhr (3 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 8,00 €

CE0902
Ein Welpe zieht bei uns ein



Es muss gut überlegt sein, wenn man oder die Familie sich für einen Welpen entscheidet.
Hier finden Sie Antworten und sehr gern können Kinder (möglichst erst ab 10 Jahren) mitkommen.
Unsere Themen sind:

- Welche Rasse passt zu uns? (Informationen über die unterschiedlichen Ansprüche von Beispielrassen; Methode zum Finden der idealen Rasse für unterschiedliche Bedürfnisse)
- Wo kaufe ich meinen Hund – und mit welchem Risiko? (detaillierte Fakten um seriöse Züchter/Tierschützer von unseriösen/betrügerischen Händlern zu unterscheiden, Genetik, Erbkrankheiten)
- Vorbereitung auf den Welpen (detaillierte Information über Gefahren in Wohnung und Garten, Stubenreinheit, Anschaffungen, sinnvolle Erstausstattung, wie lange bleibt ein Welpe alleine, Kinder, Versicherung und Steuern, Lernverhalten und Entwicklung des Welpen, Sicherung im Auto, Ernährung, Urlaub, Krankheiten, Impfungen, Parasiten, „Ammen-Märchen“ ...)

Willkommen sind auch Ihre Themen und Wünsche.

Nadine Geißler, Hundetrainerin, Dipl. Sozialpädagogin
Montag, 16. April,
18.00 - 20.15 Uhr (3 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 8,00 €

CE0903
Geocaching –
Eine moderne Schatzsuche für Kinder und Erwachsene

Geocaching ist eine moderne Form einer Schatzsuche bzw. Schnitzeljagd. Ausgestattet mit einem Global Positioning System (GPS)-Empfänger und den Koordinaten eines „Schatzes“ aus dem Internet kann man die Schätze finden, die jemand anders an ungewöhnlichen Plätzen versteckt hat. Hier wird erklärt, wie man diese sog. „Caches“ findet oder einen eigenen „Stash“ versteckt.

Spaß am Unterwegssein, am Draußensein, Spaß an der Suche und der Knobelei, Spaß an der Herausforderung ... die einen reizt besonders die Knobelei und das Suchen, für andere liegt der Spaß eher darin, sich durch unwegsames Gelände zu kämpfen oder einfach nur schöne Touren zu machen.
Das Angebot bietet für (Groß-)Eltern und Kinder jeden Alters die Gelegenheit, gemeinsam unter Anleitung eine spannende Schatzsuche zu unternehmen.

Bitte bringen Sie Verpflegung, Neugier, Outdoor-Kleidung und auf alle Fälle gute Laune mit!

Ilja Landsberg, Dipl.-Sozialpädagoge
Sonntag, 22. April,
10.00 - 18.00 Uhr (10 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 38,00 € (für ein Kind und einen Erwachsenen einschließlich 3,00 € für GPS-Nutzung; für jedes weitere Kind 15,00 €)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE0904
Nacht-Geocaching –
Eine moderne Schatzsuche für Kinder und Erwachsene

Kursinhalt s. o.

Am Abend wartet die spannendste Herausforderung des Geocachens: das Nachtcachen. Hier wird mit Hilfe von Taschenlampen und zu suchenden Reflektoren im dunklen Wald der richtige Weg zum Schatz gesucht.

Bitte bringen Sie Verpflegung, Outdoor-Kleidung, wenn möglich eine starke Taschenlampe (Megalite etc.) und gute Laune mit!

Ilja Landsberg, Dipl.-Sozialpädagoge
Samstag, 21. April,
15.30 - 23.00 Uhr (10 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 38,00 € (für ein Kind und einen Erwachsenen einschließlich 3,00 € für GPS-Nutzung; für jedes weitere Kind 15,00 €)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE0905
Classico – das klingende Museum
und eine Hafenrundfahrt
Exkursion nach Hamburg in den Osterferien



Möchtet ihr einmal ohne irgendwelche Vorkenntnisse viele unterschiedliche Instrumente, evtl. auch ungewöhnliche, ausprobieren?
Dann kommt einfach mit nach Hamburg ... und nehmt natürlich Mama oder Papa, Oma oder Opa mit!
Nach einer kurzen Anleitung durch die Musikprofis könnt ihr ca. 100 Instrumente des klassischen Symphonieorchesters kennen lernen, selbst zum Klingen bringen und nach Herzenslust ausprobieren.
Ihr erfahrt, wie Klänge entstehen, wie sie sich anhören und anfühlen und erlebt Musik ganz elementar.
Nach so vielen schönen und vielleicht auch etwas schrägen Klängen, nach so viel Power & Action werden wir noch eine Hafenrundfahrt unternehmen ... wir sind schließlich in Hamburg!
Menschen ab 7 Jahren bis ??? sind in Begleitung eines Erwachsenen willkommen.
Anmeldeschluss ist Freitag, der 24.02.2012.
Bitte geben Sie bei der Anmeldung den Namen des Kindes an.

Tessa Twele, Fachbereichsleiterin
Montag, 26. März, Treffpunkt in der Bahnhofshalle um 10.50 Uhr (Abfahrt des Zuges 11.06 Uhr)
Rückkehr in Celle:
gegen 19.40 Uhr
Gebühr: 56,00 € (1 Kind und ein Erwachsener, jedes weitere Kind 28,00 €)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE0906

Kids & (Groß-)Eltern skaten zusammen

am Wochenende

Wir schauen uns zusammen ein paar Techniken an, üben oder festigen sie, werden Mannschaftsspiele – Kindergruppe gegen Elterngruppe? – veranstalten oder zusammen eine kleine Tour unternehmen.

Reiner Ertel, A-Lizenz Inline Skaten; DNV-Nordic-Skating-Instructor
Samstag, 5. Mai, 15.00 - 18.00 Uhr
Sonntag, 6. Mai, 10.00 - 13.00 Uhr (8 UStd.)
Treffpunkt: Schulhof der Grundschule Klein Hehlen, Eing. Wagnerweg
Gebühr: 30,00 € für einen Erwachsenen und ein Kind.
Bitte geben Sie bei der Anmeldung auch den Namen des Kindes an.
Jedes weitere Kind 10,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE0907

Oma oder Opa, „ich" und der Computer

ein Angebot für Kinder im Alter von 7 bis 10 Jahren mit ihren Großeltern in den Osterferien

Ein ungewöhnliches Seminar erwartet euch hier!
Angesprochen sind Großeltern & Enkelkind, die gemeinsam (erste) EDV-Erfahrungen sammeln möchten.
WirwerdendasTextverarbeitungsprogramm kennen lernen und Texte mit grafischen Elementen in Word aufpeppen (vielleicht schon für eine lustige Einladung zum nächsten Geburtstag ...?), lernen, wie wir gezielt Informationen aus dem Internet bekommen und die schnelle Informationsübermittlung mit E-Mails üben bzw. erfahren, so dass es kein Problem wird, wenn Oma oder Opa nicht nebenan wohnen.
Mit Spaß, gegenseitigem Verständnis, spielerisch ... lernt hier die ältere Generation von der jungen (oder auch umgekehrt).
Sie erfahren gemeinsam, dass man mit dem Computer freie Zeit auch sinnvoll gestalten kann.
Die Großeltern lernen, die Faszination kennen, die ihre Enkelkinder der neuen Technik entgegen bringen.

Dozent wird noch bekannt gegeben.
montags - mittwochs, 26. März - 28. März, 14.30 - 16.00 Uhr, 3 Nachmittage (6 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum
Gebühr: 30,00 € (für ein Kind und einen Erwachsenen)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE0908

Grundkurs Klettern

am Wochenende in den Osterferien

Dieses Seminar richtet sich an Interessenten/innen, die das Gefühl des Kletterns für sich entdecken wollen.
Klettern fördert das Körpergefühl, Konzentrationsvermögen und auch gegenseitiges Vertrauen.
Das Einführungsseminar umfasst Grundtechniken des Kletterns (bewusstes Greifen und Treten, Bewegungslehre, kraftsparendes Klettern), das Abseilen, gegenseitiges Sichern sowie wesentliche Knotenkunde. Klettern ist nicht allein eine Frage der Kraft, sondern vielmehr der passenden Ausrichtung der eigenen Beweglichkeit, verbunden mit der passenden Taktik.
Dies wollen wir ebenso wie das Vertrauen in das verwendete Material und den Sicherungspartner vermitteln.
Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Jedoch sollte eine gesunde Beweglichkeit ebenso gegeben sein, wie das Fehlen von Höhenangst.

Bitte Sportkleidung und saubere Turnschuhe mitbringen; außerdem etwas zu trinken und ein Pausenbrot.

Ausbildungsteam DAV Sektion Celle
Sonntag, 1. April, 10.00 - 15.30 Uhr (7 UStd.)
CD Kaserne, Halle 10, Kletterwand des DAV, Hannoversche Str. 30 B
Gebühr: 26,80 € (pro Teilnehmer)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE0909

DAV Kletterschein – Toprope



Der vom Deutschen Alpenverein angebotene Kletterschein fürs Toprope Klettern kann erworben werden.
Dieser Kletterschein wird an den meisten Kletterwänden als Zugangsberechtigung verlangt.
Auch Personen, die bereits klettern, aber keine ordentliche Ausbildung genossen haben, können die Prüfung zum Kletterschein absolvieren und haben somit die Gelegenheit, sich sicherungstechnisch auf den neuesten Stand zu bringen.
Manche werden staunen, was es alles verbessert werden kann.
Prüfungsinhalte:

- Partnercheck
- Toprope Sichern
- Toprope Klettern
- Kommandos und Ablassen
- Falltest

Die Absolventen/-innen eines Kletterscheinkurses erhalten eine schicke stabile Plastikkarte in Scheckkartenformat!

Bitte Kletterschuhe mitbringen; Klettergurt und Sicherungsgerät können ausgeliehen werden.

Voraussetzungen: Mindestalter 10 Jahre, Teilnahme am Grundkurs Klettern oder entsprechende Kenntnisse. Der Kurs kann auch von Jugendlichen/Erwachsenen alleine besucht werden.

Ausbildungsteam DAV Sektion Celle
dienstags, ab 8. Mai, 18.30 - 21.30 Uhr, 3 Abende (12 UStd.)
CD Kaserne, Halle 10, Kletterwand des DAV, Hannoversche Str. 30 B
Gebühr: 55,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE0910

DAV Kletterschein – Vorstieg



Alle, die bereits klettern, aber keine „ordentliche" Ausbildung bisher genossen haben, können die Prüfung zum Kletterschein Toprope des Deutschen Alpenvereins absolvieren und haben somit die Gelegenheit, sich sicherungstechnisch auf den neuesten Stand zu bringen. Sie/ihr werdet überrascht sein, was man noch alles verbessern kann!
Prüfungsinhalte:

- Inhalte Kletterschein Toprope
- Partnercheck
- Vorstieg Sichern
- Vorstieg Klettern

Die Absolventen/-innen eines Kletterscheinkurses erhalten eine schicke stabile Plastikkarte in Scheckkartenformat.

Bitte Kletterschuhe mitbringen; Klettergurt und Sicherungsgerät können ausgeliehen werden.

Voraussetzungen: Mindestalter 10 Jahre, Teilnahme am Grundkurs Klettern oder entsprechende Kenntnisse. Der Kurs kann auch von Jugendlichen/Erwachsenen alleine besucht werden.

Ausbildungsteam DAV Sektion Celle
Dienstag, 5. und 19. Juni sowie Freitag 22. Juni, jeweils 19.00 - 21.30 Uhr, 3 Abende (10 UStd.)
CD Kaserne, Halle 10, Kletterwand des DAV, Hannoversche Str. 30 B
Gebühr: 49,50 € (pro Teilnehmer)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE0911

Aprender jugando

Curso de español para niños de 5 a 8 años

Spanisch lernen durch Spiele
Spanischkurs für Kinder von 5 bis 8 Jahren

Carmen Gottschlich
donnerstags, ab 16. Februar, 15.30 - 16.30 Uhr, 6 Nachmittage (8 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 20,00 €

Schriftliche Anmeldung durch den Erziehungsberechtigten erforderlich

CE0912

Der Computer macht jetzt, was ich will!

Einstieg in die Programmierung mit Visual Basic für Jugendliche ab 13 Jahren

Wolltet ihr auch schon einmal ein Computerprogramm selber schreiben? Hier habt ihr die Möglichkeit dazu!
Mit Visual Basic geht es gleich ans Programmieren – schon am ersten Tag schreibt ihr euer erstes Programm.
In der Folge lernt ihr, was Schleifen, bedingte Verzweigungen und Variablen sind und was man alles damit machen kann.

Barbara Mund
mittwochs, ab 8. Februar, 16.30 - 18.00 Uhr, 10 Termine
Kein Unterricht am 29. Februar (20 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum B
Gebühr: 50,00 €

Ferien - unsere Angebote

CE0913

Table Top Landscape Workshop

für Jugendliche im Alter von 8 bis 17 Jahren am Wochenende

Der Kreativität sind in diesem Workshop keine Grenzen gesetzt. Tapfer zu verdrängen versuchen strategische Table-Top Spieler die virtuellen Krieger der zum Beispiel kostspieligen WoW:
Man würfelt im realen Leben zusammen mit anderen anwesenden Gegen- und Mitspielern. Dabei sind Brettspiele wie WH (WarHammer), SW (StarWars), BT, (BattleTech), HdR (Herr der Ringe), MW (MechWarrior), HQ (HeroQuest), SQ (StarQuest) ... nur ein kleiner Auszug von den bekannten Systemen.
Um diese Landschaften auf dem Tisch liebevoll zu erweitern, stehen einem als Bastler alle Möglichkeiten offen: Gestalten, Kleben, Sägen, Schneiden, Spachteln, Grundieren, Bemalen, Dekorieren ... bis ins kleinste Detail!
Geländestücke, wie zum Beispiel Ruinen, Bunker, Hügel, Flüsse, Wälder, ganze Seen, stehen auf unserem Nachmittagsprogramm. Wir werden uns im Maßstab 1/58 bewegen, was einer ca. 3 cm großen Spielfigur entspricht. Am Ende kann natürlich das gebaute Exemplar mit nach Hause genommen und bespielt werden.

Bitte bringt, wenn vorhanden, eine Heißklebepistole und eine kleine Säge mit.

Robin B. Groß, Meister in Elektrotechnik
Sonntag, 25. März,
14.00 - 18.30 Uhr (6 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 3
Gebühr: 20,00 € (einschließlich Materialkosten)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE0914

Sommer-VHS: Table Top Landscape

für Jugendliche im Alter von 8 bis 17 Jahren am Wochenende



Kursinhalt s.o.

Bitte bringt, wenn vorhanden, eine Heißklebepistole und eine kleine Säge mit.

Robin B. Groß, Meister in Elektrotechnik
Sonntag, 26. August, 14.00 - 18.30 Uhr (6 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 3
Gebühr: 20,00 € (einschließlich Materialkosten)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE0915

Einfach, wirkungsvoll und jugendlich frech

Nähen!

Lust auf ein eigenes Model-Label? Nähen macht Spaß und bietet eine Möglichkeit des individuellen Stils. Rock, Hose, Jacke ... ein toller Schnitt gibt aber auch später noch 1000 Ideen.



Geübte und weniger ungeübte Näherinnen sind willkommen.

Bitte eine Nähmaschine und Nähutensilien, Stoff, evtl. einen Schnitt oder ein Kleidungsstück, von dem ihr den Schnitt abnehmen möchtet, mitbringen.

Monika Hoefgen, Textil- und Kunstlehrerin
mittwochs - freitags, 28. März - 30. März, 10.00 - 14.00 Uhr, 3 Vormittage (16 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 40,00 €

CE0916

Computerkurs für Grundschulkinder

im Alter von 8 bis 10 Jahren

Besonders geeignet ist das Angebot für alle, die noch keine Vorkenntnisse mitbringen, aber Basiswissen im Umgang mit dem Computer und Internet erwerben möchten. Ihr lernt, wie ein Computer „denkt“ und wie man ihn richtig einsetzt. Wir benutzen verschiedene Anwenderprogramme und erstellen Bild- und Textdateien.
So lernt ihr das Betriebssystem Windows und sein Ordner-System kennen.
Anhand von vielen Beispielen aus eurem Schulalltag erfahrt ihr den Computer als „Helfer“ bei den Hausaufgaben.

Kersten Franz, staatl. gepr. Techniker für Elektrotechnik
Montag, 26. März bis Donnerstag, 5. April,
11.00 - 12.00 Uhr, 9 Vormittage (12 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum
Gebühr: 30,00 €

Schriftliche Anmeldung durch den Erziehungsberechtigten erforderlich

CE0917

Schularbeiten super einfach

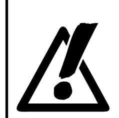
Schularbeiten profimäßig aufpeppen mit WORD, POWERPOINT und dem Internet für Jugendliche von 11 bis 15 Jahren.

Unsere Themenschwerpunkte:

- Ordner anlegen und Dateien verwalten
- Informationen aus dem Internet
- Texte im Internet finden und downloaden
- Texte in Word gestalten
- Grafiken einfügen
- Tabellen erstellen
- Präsentieren mit PowerPoint

Nach erfolgreicher Teilnahme besteht die Möglichkeit, die Prüfung für das „Basiszertifikat Xpert Europäischer ComputerPass“ abzulegen. Die zusätzliche Prüfungsgebühr beträgt 49,00 €.

Kersten Franz, staatl. gepr. Techniker für Elektrotechnik
Montag, 26. März bis Donnerstag, 5. April,
13.00 - 15.30 Uhr, 9 Nachmittage (27 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum
Gebühr: 67,50 €



Schriftliche Anmeldung durch den Erziehungsberechtigten erforderlich

Liebe Kinder, liebe Jugendliche,
habt Ihr Wünsche? Was fehlt Euch in unserem Programm?
Wir freuen uns über Anregungen!

CE0918

Tastschreiben am PC

für Schüler/innen ab 10 Jahren

Mit der richtigen Portion „Spaß“ könnt ihr hier das Tastschreiben am Computer lernen!

Unsere Themenschwerpunkte:
Erlernen des 10-Finger-Tastschreibens im Buchstabenfeld mit Großschreibung, Erarbeitung der wichtigsten Sonderzeichen sowie die neuen Schreib- und Gestaltungsregeln für die Textverarbeitung nach DIN 5008.

Dorothea Gebert, Fachlehrerin
Montag, 26. März bis Donnerstag, 5. April,
10.45 - 13.00 Uhr, 9 Vormittage (27 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum B
Gebühr: 74,70 € (inklusive Lernmittel)

Schriftliche Anmeldung durch den Erziehungsberechtigten erforderlich

CE0919

Inline-Skaten für Kids

von 5 bis 8 Jahren

Das Skaten von Grund auf und mit der richtigen Technik erlernen und so mit der größtmöglichen Sicherheit fahren, das ist wichtig ... außerdem werden wir mit vielen tollen Spielen, mit viel Lachen & Spaß die Stunden genießen!

Bitte Inline Skates, Schutzkleidung, einen Helm (Fahrradhelm), etwas zu trinken und ein kleines Brot oder einen Energieriegel mitbringen!

Birgit Cewe, C-Trainerin Speedskaten, Übungsleiterin Präventionssport
montags - mittwochs, 26. März - 28. März, 9.00 - 10.30 Uhr, 3 Vormittage (6 UStd.)
Schulzentrum Burgstraße , Halle 3 (alte „Burghalle“)
Gebühr: 15,00 €

CE0920

Inline-Skaten für Kids

von 5 bis 8 Jahren

Kursinhalt s. o.

Bitte Inline Skates, Schutzkleidung, einen Helm (Fahrradhelm), etwas zu trinken und ein kleines Brot oder einen Energieriegel mitbringen!

Birgit Cewe, C-Trainerin Speedskaten, Übungsleiterin Präventionssport
montags - mittwochs, 26. März - 28. März, 10.45 - 12.15 Uhr, 3 Vormittage (6 UStd.)
Schulzentrum Burgstraße , Halle 3 (alte „Burghalle“)
Gebühr: 15,00 €

CE0921

Spielend Inline-Skaten

von 8 bis 12 Jahren

Neues erfahren, spielend Spaß haben ... so werden wir die letzten Ferientage genießen.
Die eine oder andere Technik werden wir uns ansehen und trainieren, Spiele (Hockey??) werden wir veranstalten und eure Wünsche werden selbstverständlich erfüllt!

Bitte Inline Skates, Schutzkleidung, einen Helm (Fahrradhelm), etwas zu trinken und evtl. auch ein kleines Brot oder einen Energieriegel mitbringen!

Reiner Ertel, A-Lizenz Inline Skaten; DNV-Nordic-Skating-Instructor
montags - mittwochs, 2. April - 4. April, 10.00 - 12.15 Uhr, 3 Vormittage (9 UStd.)
Schulzentrum Burgstraße, Halle 3 („alte Burghalle“)
Gebühr: 22,50 €

Kinder haben Rechte

unicef

Ausstellung im VHS-Haus,
Trift 20,
vom 01.02.-23.03.2012

Vorträge und Führungen durch die Ausstellung
siehe Bereich Celle: Politische Bildung

Die Ausstellung ist während der Geschäftsöffnungszeiten zu besichtigen.

Sommer – VHS

Die Sommerferien dauern 6 Wochen. Aber die Wenigsten sind volle 6 Wochen auf Urlaubsreise. **Die VHS Celle bietet daher erstmalig ein Sommerprogramm, konzentriert auf die beiden letzten Sommerferienwochen vom 18. bis 31. August an.** Die Kurse – thematisch quer durch die Angebotspalette der VHS – sind für Daheim gebliebene und Frührückkehrer aller Altersstufen gedacht. Mit der nachstehenden Themenliste kommen Sie vielleicht auf den Geschmack. Alle genauen Inhalte und Zeitangaben finden Sie unter den entsprechenden Kursnummern:



CE0307 Sommer-VHS: Worpswede
CE0610 Sommer-VHS: Fassadengucken und –entdecken
CE0914 Sommer-VHS: Table Top Landscape
CE1906 Sommer-VHS: Grundlagen wissenschaftlichen Arbeitens
CE2011 Sommer-VHS: Fachwerkschmuck in Wort und Bild
CE2012 Sommer-VHS: Celles Altstadt – mit Kinderaugen fotografiert
CE2013 Sommer-VHS: Brüder Grimm, Die zwei Brüder
CE2409 Sommer-VHS: Werkstatt Malerei
CE2410 Sommer-VHS: Werkstatt Malerei
CE2411 Sommer-VHS: Werkstatt Malerei
CE3133 Sommer-VHS: Bildungsurlaub Englisch A 2
CE4300 Sommer-VHS: Die Feldenkrais-Methode
CE4533 Sommer-VHS: Flaeming-Skate – ein Erlebnis

Montagsreihe

CE1000

„Immer wieder montags ...“

Die kleine Vortragsreihe am Nachmittag

7 Vorträge auf einen Schlag

ab Montag,
6. Februar - 21. Mai,
15.00 - 17.15 Uhr (21 UStd.)
VHS, Trift 17
Gebühr: 40,00 €

CE1001

Mauern, Pfosten, Steinmetzzeichen - Sandstein als traditionelles Baumaterial

Über Jahrhunderte fand Sandstein Verwendung als Material für Mauern, Fundamente alter Fachwerkhäuser, aber auch so manche Kunstwerke.
Neben einem kurzen Blick auf seine geologische Entstehung steht an diesem Nachmittag das alte Steinmetzhandwerk im Vordergrund, dessen Wirken wir anhand Celler Beispielen bewundern können.

Petra Henjes
Montag, 6. Februar,
15.00 - 17.15 Uhr (3 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS,
Trift 17, Raum 3
Gebühr: 7,00 €

CE1002

ArchitekturMEILE

Auf einer meilenlangen Strecke liegen in der Westerceller Torstadt sehenswerte Bauwerke aus vier Jahrhunderten, deren kunst- und architekturhistorische Bedeutung vielen Betrachtern gar nicht bewusst ist. So gibt es auf dem Rundgang Magnusstraße - Sägemühlenstraße - Hannoversche Straße - Westercellertorstraße u.a. vier Schulen, vier Kirchen und vier Bauten für die Gemeinschaft, die herausragende Beispiele für das Stilgeschehen aus vier Jahrhunderten sind.

Dietrich Klatt
Montag, 20. Februar,
15.00 - 17.15 Uhr (3 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS,
Trift 17, Raum 3
Gebühr: 7,00 €

CE1003

Deutsche Sorgen - oder: Wie bekomme ich den Staub aus meinem Trockenstrauß

Die Französin Christiane Schoepffer lebt seit vielen Jahren in Deutschland. In einem amüsanten Vortrag beschreitet sie den schmalen Grat zwischen deutscher Disziplin und französischem Laissez-Faire und schildert den deutschen Alltag aus ihrer Sicht (auf Deutsch).

Christiane Schoepffer
Mittwoch, 5. März,
15.00 - 17.15 Uhr (3 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 3
Gebühr: 7,00 €

CE1004

1714 - Hannoversch-britische Personalunion

Seit 1689, dem Jahr des Sturzes von König Jacob II., starben in Großbritannien nacheinander mehrere gekrönte Häupter kinderlos und lösten dadurch grundlegende Diskussionen um die legitime Thronfolge aus. Am Ende bestieg Kurfürst Ernst August von Hannover den britischen Thron.
Der Dozent, Verbindungsoffizier der britischen Truppen, stellt diese britisch-hannoversche Verbindung in den Mittelpunkt seines Vortrages.

Hugh Pierson, britischer Verbindungsoffizier
Montag, 19. März,
15.00 - 17.15 Uhr (3 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 3
Gebühr: 7,00 €

CE1005

Sauberes Wasser - eine Frage der (Auf)klärung

Die Reinigung und Ableitung von schmutzigem Wasser gehört zu Jahrtausende alten Kulturtechniken. Schon die alten Römer legten Wert darauf, dass das Abwasser in der Cloaca Maxima gesammelt aus den Städten abfließen konnte. Und heute?
Mitarbeiter des Klärwerks Celle informieren über die Abwasserkanäle in unserer Stadt. Nach einem kurzen Einführungsvortrag über das Kanalsystem in Celle wird während einer Führung Technik und Arbeitsweise des Klärwerks erläutert. Fragen werden gern beantwortet.

Michael Martin, (Klärwerk Celle)
Montag, 23. April,
15.00 - 17.15 Uhr (3 UStd.)
Klärwerk Celle, Allerstr. 8 g
Gebühr: 7,00 €

CE1006

Die Landschaft im Bild

Dieser Vortrag bietet einen Überblick über die Entwicklung des Landschaftsbildes in der Tafelmalerei von den Anfängen über die Renaissance bis in die Moderne.

Rita Saager, M.A.
Montag, 7. Mai,
15.00 - 17.15 Uhr (3 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS,
Trift 17, Raum 3
Gebühr: 7,00 €

CE1007

Blühende Frühjahrsgärten

Nach der winterlichen Pause zeigt der Garten im zeitigen Frühjahr wieder die ersten bunten Blüten. Aus dem Schnee recken sich die ersten Schneeglöckchen und Winterlinge. Dazu kommen frühblühende Gehölze, die mit ihrem Duft dem Garten verzaubern. Mit den steigenden Temperaturen nimmt der Blütenreichtum täglich zu. Neben Tulpen und Narzissen zeigen jetzt viele Schattenpflanzen ihr buntes Gesicht. Eine Auswahl dieser Pflanzen wird ihnen in diesem Kurs vorgestellt.

Ellen Bielert, Dipl.-Ing. Landschafts- und Freiraumplanung
Montag, 21. Mai,
15.00 - 17.15 Uhr (3 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS,
Trift 17, Raum 3
Gebühr: 7,00 €

Wir bitten auch bei Einzelveranstaltungen um Anmeldung!

Nur so können Sie sicherstellen, dass wir von Ihrem Interesse erfahren und Ihr Wunschangebot auch stattfinden kann.

Vielen Dank ...

Mensch und Gesellschaft

Geschichte / Zeitgeschichte

Programmbereichsleitung:
Markus Fink

CE1101

Zwischen Antike und Neuzeit - Mittelalter I

Wochenendseminar

Was ist das Mittelalter? Wann beginnt es und wann endet es? Wo gab es ein „Mittelalter"? Nach einer allgemeinen Einführung werden wir uns mit dem Frühmittelalter befassen. Die entscheidenden Änderungen in der Technik, dem Handel, der Wirtschaft, der Kunst und Gesellschaft, die letztlich zur Entwicklung einer feudalistischen Gesellschaft führten, werden anhand von Funden und Befunden sowie historischen Quellen dargestellt.

Dr. Beate Veil, Archäologin
Samstag, 11. Februar,
10.15 - 15.15 Uhr (6 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 16,50 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE1102

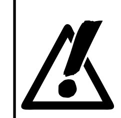
Rom im späten Mittelalter und in der Renaissance

Wochenendseminar

Kennen Sie Rom? Wo sonst findet man eine derart faszinierende und verschachtelte Stadtlandschaft? Sie wirkt wie ein Palimpsest, ein mehrmals beschriebenes Manuskript. Die Erbauer des mittelalterlichen, christlichen Roms etwa haben den Bauten und Monumenten der Antike ihre eigenen Deutungen und eigenen Monumente übergestülpt.
Mit Hilfe von Stadtplänen und Ansichten, Bauten und Kunstwerken sowie schriftlichen Quellen versuchen wir, uns die Stadt des späteren Mittelalters und des 16. Jahrhunderts (natürlich basierend auf antiker Grundlage) zu vergegenwärtigen - als die gewaltigen Baumprogramme der Barockzeit noch nicht begonnen hatten. So verschaffen wir uns ein Bild von Rom nicht nur als konfusem Nebeneinander von Bauwerken, sondern als Stadt der Prozessionen und des Rituals und als Ort der politischen Propaganda. Dabei erkennen wir das Wirken der mächtigsten Gestalter der Stadt: Der Päpste und Kardinäle sowie der großen römischen Adelsfamilien.

Dr. Catherine Atkinson, Historikerin
Samstag, 14. April,
9.45 - 16.15 Uhr (8 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 3
Gebühr: 21,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich



Weitere Kurse zur Kunstgeschichte im Bereich Kulturelle Bildung und in der Außenstelle Flotwedel

CE1103

Die Weserrenaissance - mehr als ein Baustil

Wochenendseminar

Unter „Weserrenaissance" werden so unterschiedliche Bauten wie das Bremer Rathaus, die Schlösser Bevern und Landestrost in Neustadt und Bürgerhäuser in Hameln zusammengefasst. Neuere Forschungen unterstreichen, dass sich der Begriff „Weserrenaissance" auf weit mehr als einen im Weserraum verbreiteten eigenständigen Baustil bezieht. Dem komplexen Phänomen der Renaissance in der Region beiderseits der Weser kommen wir nur bei, indem wir uns auch die Menschen anschauen, die am regen Kulturtransfer beteiligt waren: die Auftraggeber, die Künstler und Baumeister.
Woher bekamen der Calenberger Herzog Erich II. oder Hilmar von Münchhausen die beträchtlichen Geldsummen wie auch die Ideen für den neuartigen Schlossbau? Auf welchen verschlungenen Wegen gelangten Ideen und Formen der Renaissance an die mittlere und obere Weser?

Dr. Catherine Atkinson, Historikerin
Samstag, 5. Mai,
9.45 - 16.30 Uhr (8 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 3
Gebühr: 20,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE1105

Die Geschichte Ostpreußens



1. Termin:
Von Preußens Vorgeschichte bis zum Kapp-Putsch und Abstimmungen 1920
2. Termin:
Von der Weimarer Republik bis zum Ostpreußen im Nachkriegsdeutschland

Die Teilnehmenden sind herzlich eingeladen, ihre Erinnerungen oder Familienerinnerungen einzubringen.

Karlheinz Reich, Geschichts- und Politiklehrer i.R.
dienstags, ab 6. März,
18.30 - 20.45 Uhr, 2 Abende (6 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 3
Gebühr: 15,00 €

CE1106

Bergen-Belsen aktuell

Wochenendseminar

Durch Vorträge unterstützte Führung durch die Gedenkstätte und die dazugehörigen Orte unter besonderer Berücksichtigung der aktuellen Forschungsergebnisse und der im Oktober 2007 eröffneten Ausstellung:

- Sühnekirche
- Rampe
- Film im Dokumentenhaus
- neues Ausstellungsgebäude
- Freilegungen
- Gräber
- Denkmäler
- Haus der Stille

Es können Fahrgemeinschaften gebildet werden.

Wolfgang Hertwig, Lehrer (Rektor)
Samstag, 5. Mai,
13.00 - 17.00 Uhr (5 UStd.)
Treffpunkt: Katholische Sühnekirche, Sülzweg, Bergen
Gebühr: Die Teilnahme ist kostenfrei

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE1107

Die Heidmark -

Wandel einer bäuerlichen Kulturlandschaft zum militärischen Übungsgelände (Truppenübungsplatz Bergen)

1. Die Heidmark vor Anlegung des Truppenübungsplatzes Bergen
   - Erinnerungen an die Landschaft, Dörfer, Höfe, Herrenhäuser

VHS mit Genuss – Mit Genuss VHS

Es gibt nun einen Getränkeautomaten

In den Räumen der VHS ist Raum C, Trift 20 für Sie geöffnet.

In der Pause, vor oder nach dem Kurs können Sie Tee, Kaffee, Kaltgetränke und Suppen genießen.

(Rauchen ist weiterhin nur außerhalb des Gebäudes erlaubt!)



- Hermann Löns in Ostenholz, Oberhode, Ostenholzer Moor und Westenholz
- Entwicklung des Fremdenverkehrs in der Heidmark
- Die Sehenswürdigkeiten in der Heidmark

2. Aufbau und Aufrüstung der Deutschen Wehrmacht ab 1933
3. Planung des Truppenübungsplatzes Bergen ab 1934
4. Der Widerstand der Bauernschaften
5. Die Umsiedlung der 500 Höfe aus 25 Dörfern
6. Erinnerungen an die Heidmark - heute

Hinrich Baumann, Bezirksvorsteher a.D.
Dienstag, 17. April,
18.30 - 20.45 Uhr (3 UStd.)
VHS, Trift 20, Saal
Gebühr: 10,00 €

CE1108

Truppenübungsplatz Bergen

Informationsfahrt am Wochenende

Eine Rundfahrt zu den geschichtlichen Sehenswürdigkeiten des Truppenübungsplatzes Bergen:

- Wanderung zum Falkenberg (150 m) ca. 2 Stunden
- Ehemalige Hofstellen und Dörfer
- Ostenholz, Gedenkstein
- Ostenholzer Moor, Fransee und Moorrenaturierung (kleine Wanderung bietet einen Einblick in die vielfältige Flora und Fauna)

Der genaue Termin für die Info-Fahrt an einem Sonnabend im Mai oder Juni kann aus militärischen Gründen erst Ende März 2012 von der Kommandantur Bergen festgelegt werden.
Teilnehmende können sich unverbindlich in eine Vormerkliste eintragen und werden benachrichtigt, sobald der Termin feststeht.

Bitte tragen Sie wetterfeste Kleidung und bringen (wenn vorhanden) ein Fernglas mit. In der Mittagspause kann auch ein Imbiss geordert werden (Kosten ca. 5,00 €).

Hinrich Baumann, Bezirksvorsteher a.D.
Treffpunkt: Kanzleistraße, Celle
Gebühr: 28,00 €

Anmeldungen jetzt normal mit A eingeben

CE1109

Deutsche Zeitgeschichte

1. Termin: Vom Weltkrieg zum Wirtschaftswunder
   - Kriegsende: humanitäres, moralisches und wirtschaftliches Chaos in der Nachkriegszeit; Politik der 4 Alliierten
   - Gründung der Bundesrepublik Deutschland und der DDR
   - Aufbauphase und Wirtschaftswunder
2. Termin: Integration der Bundesrepublik in die West-Bündnisse und der DDR in den Ostblock
   - 17. Juni 1953 und 13. August 1961
   - Europa-Politik von Adenauer bis Kohl
   - Deutschland im Zentrum des Kalten Krieges
   - APO
   - Sozialliberale Koalition und Entstehung der Grünen
3. Termin: DDR-Revolution und Wiedervereinigung
   - Deutschland, Europäische Union, Weltpolitik
   - Entwicklung des Umweltbewusstseins, von Außenseiterideen zum Mehrheitsdenken
   - Neuere Parteien- und Wirtschaftsentwicklung

Die Teilnehmenden sind herzlich eingeladen, ihre Erinnerungen oder Familienerinnerungen einzubringen.

Karlheinz Reich, Geschichts- und Politiklehrer i.R.
freitags, ab 20. April,
18.30 - 20.45 Uhr, 3 Abende (9 UStd.)
VHS, Trift 20, Saal
Gebühr: 22,50 €

Politik

CE1201

Kinder vor Gewalt schützen

UNICEF und die Rechte der Kinder



In Zusammenarbeit mit der UNICEF Arbeitsgruppe Celle

Unter anderem das „Recht auf Spiel und Freizeit" und das „Recht auf eine gewaltfreie Erziehung" sind in der UN-Kinderrechtskonvention festgeschrieben. Bekanntlich werden diese Rechte aber nicht überall durchgesetzt. Auch Deutschland hat die UN-Konvention zu den Kinderrechten nicht vorbehaltlos unterzeichnet.
An diesem Abend klärt die UNICEF Arbeitsgruppe Celle über ihre Arbeit und das Thema Kinderrechte auf. Die in den VHS-Räumen gezeigte Ausstellung „Rechte der Kinder" kann im Anschluss noch besichtigt werden.

Christiane Braun
Donnerstag, 9. Februar,
18.30 - 20.45 Uhr (3 UStd.)
VHS, Trift 20, Saal
Die Teilnahme ist gebührenfrei



Projekt „Kulturelle KLICKS": „Kinder - versunken" Foto: Petra Kruska

CE1202

Kinder vor Gewalt schützen

UNICEF und die Rechte der Kinder

In Zusammenarbeit mit der UNICEF Arbeitsgruppe Celle

Kursinhalt s. o.

Christiane Braun
Dienstag, 13. März,
18.30 - 20.45 Uhr (3 UStd.)
VHS, Trift 20, Saal
Die Teilnahme ist gebührenfrei

CE1203

Kinder haben Rechte

Führung durch die Ausstellung

In Zusammenarbeit mit der UNICEF Arbeitsgruppe Celle

Christiane Braun
Dienstag, 21. Februar,
14.00 - 16.15 Uhr (3 UStd.)
VHS, Trift 20
Die Teilnahme ist gebührenfrei

CE1204

Kinder haben Rechte

Führung durch die Ausstellung

In Zusammenarbeit mit der UNICEF Arbeitsgruppe Celle

Christiane Braun
Donnerstag, 15. März,
14.00 - 16.15 Uhr (3 UStd.)
VHS, Trift 20
Die Teilnahme ist gebührenfrei

CE1205

Vom Schrottpapier bis zur Staatskrise

Die Finanzmärkte seit 2008

In Zusammenarbeit mit der Niedersächsischen Staatskanzlei

Am Anfang standen die Lehman Brothers und eine unüberschaubare Menge an faulen Hypotheken und Schrottpapieren. Allen Bemühungen der USA und auch der Staaten der EU zum Trotz blieb es nicht bei der ersten großen Welle an Zusammenbrüchen, Krisen und Rettungsaktionen für Banken und später auch für ganze Staaten. Die Auswirkungen haben längst die gesamte Europäische Union erfasst und stellen zusehends die Einheit Europas und die Zukunft des Euro in Frage.
Mit Blick auf die aktuelle Lage sollen Ursachen, Auswirkungen und mögliche Konsequenzen dargestellt und diskutiert werden.

Michael Buckup, Referent in der Staatskanzlei, Europaabteilung
Donnerstag, 26. April,
18.30 - 21.40 Uhr (4,2 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Die Teilnahme ist gebührenfrei



Bildungsurlaub Deutsch - Polnische Beziehungen siehe Bereich Studienreisen

CE1206

Öffentlichkeit schaffen: Bürger fragen - Politiker antworten

In Zusammenarbeit mit der Rosa Luxemburg Stiftung Niedersachsen

Die von Parlamentwatch e.V. betriebene Internetseite www.abgeordnetenwatch.de bietet die Möglichkeit, Abgeordneten und Kandidaten Fragen zu stellen und alle bisherigen Fragen und Antworten einsehen zu können, darunter auch die der Celler Bundes- und Landtagsabgeordneten. Daneben werden auf www.abgeordnetenwatch.de das Abstimmungsverhalten der Abgeordneten und ihre Nebentätigkeiten öffentlich. Derzeit wird das Angebot der Plattform auf Kommunen ausgedehnt, bald auch Celle?
Die von der Politik geforderte Transparenz hat Parlamentwatch für sich, als Teilnehmer der Initiative Transparente Zivilgesellschaft bereits verwirklicht.
Der Dozent wird Arbeitsweise, Erfolge, Möglichkeiten und Grenzen von abgeordnetenwatch.de vorstellen. Er ist bei Parlamentwatch in Hamburg als Datenredakteur und Projektleiter Kommunen tätig.

Roman Ebner
Donnerstag, 8. März,
18.30 - 20.45 Uhr (3 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Die Teilnahme ist gebührenfrei

CE1207

Krise des Sozialen - Mobilisierung der Subjekte

In Zusammenarbeit mit der Rosa Luxemburg Stiftung Niedersachsen

Die neoliberalen Predigten von Selbstverantwortung und Leistungsbereitschaft habe zu einem veränderten (Arbeits-) Alltag geführt. Man spricht von einer Entgrenzung der Arbeit. Die Subjekte sollen funktional gemacht werden, mit ein bisschen Coaching, Therapie und Rausch. Das Ergebnis ist die Erschöpfung und schließlich die Depression, die heute die weit verbreiteste psychische Erkrankung ist. Begleitet wird dies durch TV-Reality-Shows, die eine permanente Selbstoptimierung einfordern.
Die Dozentin wird sich vor diesem Hintergrund mit den Fragen auseinandersetzen, was „normal" und was Norm ist, was als Zwang und was als „zeitgenössisch" zu gelten hat.

Dr. Christina Kaindl, Dipl. Psychologin und Politikwissenschaftlerin
Donnerstag, 22. März,
18.30 - 20.45 Uhr (3 UStd.)
VHS, Trift 20, Saal
Die Teilnahme ist gebührenfrei

Wir bitten auch bei Einzelveranstaltungen um Anmeldung!

Nur so können Sie sicherstellen, dass wir von Ihrem Interesse erfahren und Ihr Wunschangebot auch stattfinden kann.

Vielen Dank ...



Projekt „Kulturelle KLICKS": „Imbisswagen"
Foto: Ralf Schumacher

CE1208

Politischer Extremismus

Die Aufgabe und Rolle des Verfassungsschutzes in einer wehrhaften Demokratie

In Zusammenarbeit mit der Verfassungsschutzbehörde im Niedersächsischen Ministerium für Inneres, Sport und Integration

Politischer Extremismus existiert in vielen Formen. Rechte und linke Überzeugungen, religiöse und fundamentalistische Ideologien können in extreme, gewalttätige oder terroristische Handlungen abgleiten. Die Verfassungsschutzbehörden in Bund und Ländern übernehmen hierbei eine grundgesetzlich verankerte Frühwarnfunktion zur Erkennung und Benennung von Bestrebungen gegen die freiheitlich demokratische Grundordnung.
In der Veranstaltung wird über aktuelle extremistische Bestrebungen informiert sowie über Erkenntnisse des Verfassungsschutzes referiert. Die Verfassungsschutzbehörden entwickeln sich zunehmend zu einer aktiv Präventions- und Öffentlichkeitsarbeit betreibenden Behörde und Politikberatung.

Gerd Schomburg
Dienstag, 14. Februar,
18.30 - 20.45 Uhr (3 UStd.)
VHS, Trift 20, Saal
Die Teilnahme ist gebührenfrei

CE1209

Fairplay vs. Gewalt

Extremismus im Sport

Leider geht Fußball in vielen Städten viel zu häufig mit Gewalt einher. Mitunter sind die Aggressoren auch rechtsextrem motiviert - auch bei der nahenden EM wird mit Problemen gerechnet. Brutale Fan-Gewalt und rechtsextreme Parolen schaden dem Ruf des Fußballs.
Die Dozentin, Unternehmerin und Volontärin bei verschiedenen Fußball-Großereignissen klärt über das Thema auf. Dabei erläutert sie zudem verschiedene Deeskalationsstrategien.

Brigitte Friedrich
Donnerstag, 10. Mai,
18.30 - 20.45 Uhr (3 UStd.)
VHS, Trift 20, Saal
Die Teilnahme ist gebührenfrei

CE1210

Sicherheitspolitische Herausforderungen der Zukunft



Die Entwicklungen an der Peripherie Europas und in anderen Teilen der Welt stellen Herausforderungen für Deutschland und Europa dar. Ein weiterer Bereich sind die sicherheitspolitischen Herausforderungen.
Dieser Vortrag richtet sich an alle, die ein Interesse an den komplexen Themen der Sicherheitspolitik haben. Dabei geht es um geostrategische Rahmenbedingungen, Mächtekonstellationen, Klima- und Umweltveränderungen, Demografie, Energie- und Ressourcensicherheit, Konfliktregionen, Staatszerfall und Bedrohungen, Terrorismus und Piraterie sowie Europäische Sicherheits- und Verteidigungspolitik und ihre Bedeutung für die Sicherheit Deutschlands.

Dr. Dieter Budde,
Generalmajor a. D.
Donnerstag, 23. Februar,
18.30 - 20.45 Uhr (3 UStd.)
VHS, Trift 20, Saal
Gebühr: 7,00 €

CE1211

Globalisierung - Herausforderungen für eine Sicherheitsstrategie

An diesem Abend erhalten Sie einen Einblick in den Zusammenhang zwischen Globalisierung und einer Sicherheitsstrategie. Dabei wird ein Überblick über die Entwicklung der Globalisierung, globale Trends in Politik, Wirtschaft und Sicherheit, Herausforderungen und Bedrohungen, Entwicklung von Strategien, Sicherheitsstrategie und Sicherheitskonzept sowie Instrumente staatlicher Sicherheit gege-

ben und die Herausforderungen für eine Sicherheitsstrategie aufgezeigt.

Dr. Dieter Budde,
Generalmajor a. D.
Dienstag, 6. März,
18.30 - 20.45 Uhr (3 UStd.)
VHS, Trift 20, Saal
Gebühr: 7,00 €

Rund um den Garten

CE1300
Der Schattengarten - welche Pflanzen hier gedeihen

Große Bäume oder der Schlagschatten von Gebäuden stellen oft Problembereiche im Garten dar, auf denen nichts so richtig gedeihen will.
Doch viele Blütenstauden und Blattschmuckstauden sind gerade an diese schwierigen Standorte angepasst. Farne und Schattengräser sind nur einige der möglichen Pflanzen, die gern hier wachsen.
Wie mit geeigneten Pflanzen der schattige Garten erfolgreich begrünt werden kann, lernen Sie in diesem Kurs.

Ellen Bielert, Dipl.-Ing.
Landschafts- und Freiraumplanung
Mittwoch, 25. April,
18.30 - 21.30 Uhr (4 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 10,00 €

CE1301
Lazy Gardening

Unkraut jäten, gießen und düngen, Gehölze schneiden und im Herbst das lästige Laub von den Bäumen. Ständig liegen zeitraubende Arbeiten im Garten an, die scheinbar nicht zu vermeiden sind. Doch lassen Sie sich nicht zum Sklaven Ihres Gartens machen!
In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie mit minimalem Aufwand einen schönen Garten bekommen. Welche Arbeiten sind wirklich notwendig? Mit welchen Geräten und Werkzeugen arbeite ich am effektivsten? Wie kann ich durch geschickte Bepflanzung und Pflanzenauswahl Pflegearbeiten einsparen? Diese und viele andere Fragen werden in diesem Kurs beantwortet.

Ellen Bielert, Dipl.-Ing.
Landschafts- und Freiraumplanung
Dienstag, 13. März,
18.30 - 21.30 Uhr (4 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 10,00 €

CE1303
Gärten der Niederlande
Diavortrag

Durch den niederländischen Gartengestalter Piet Oudolf, dessen Schaugarten hier gezeigt wird, sind die Niederlande in das Interesse der Gartenenthusiasten gerückt. In diesem Vortrag wird auch der Lehrgarten der Gartenarchitektin Mien Ruys gezeigt sowie der naturnahe Priona Garten, der Wassergarten von Ada Hofmann oder der Garten des Künstlers Ton Ter Linden. Dazu reihen sich kleine Privatgärten und Gärtnereien, so dass die Bandbreite der niederländischen Gartenkunst deutlich wird.

Ellen Bielert, Dipl.-Ing.
Landschafts- und Freiraumplanung
Donnerstag, 22. März,
18.30 - 21.30 Uhr (4 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 10,00 €

CE1304
Balkonien
Kleiner Urlaub für zwischendurch im Frühjahr und Sommer
Wochenendkurs

Das Leben fängt mit einem Garten an, sei er auch noch so klein. Im Frühling und Sommer wird dem „kleinen Garten" Balkon sicherlich Aufmerksamkeit geschenkt, er wird bepflanzt und geschmückt - doch während der restlichen Jahreszeit fristet er ein trauriges Dasein. Der Balkon ist aber unser Fenster nach draußen; er ist oft die zweite Hälfte bzw. Fortführung des Wohnzimmers.

Sonja Elisabeth Wötzel, Dipl.-Sozialpäd.
Samstag, 17. März,
9.00 - 14.00 Uhr (6 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 15,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE1305
Der Motorsägenführerschein
für Brennholzselbstwerber Modul I-III
Wochenendseminar

Der Kurs startet mit einem Theorieteil am Freitag. Dort lernen Sie u.a. die Gefahren beim Umgang mit der Motorsäge, Fälltechniken und die Aufarbeitung liegenden Holzes kennen.
Im Praxisteil am Samstag fällen Sie selbstständig einen Baum, arbeiten diesen auf und zersägen einen unter Spannung liegenden Stamm.
Kettensägen für den Praxisteil werden bei Bedarf gestellt.
Teilnehmende müssen mindestens 18 Jahre alt sein und frei von körperlichen Gebrechen.

Schutzkleidung für den Praxisteil ist mitzubringen (Schutzhelm mit Gesichts und Gehörschutz, Handschuhe, Schnittschutzhose und Sicherheitsschuhe).

Rene Kellner, Gärtnermeister
Freitag, 23. März, 19.00 - 21.15 Uhr
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Samstag, 24. März, 8.30 - 15.30 Uhr
Treffpunkt: Eschede, Heeseloh 6
(12 UStd.)
Gebühr: 75,00 € (inklusive Lernmittel)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

Bauen / Wohnen

CE1401
Sachwerte sichern Ihr Vermögen
Der Weg zum eigenen Heim
Wochenendkurs

Seit der Wirtschaftskrise sind Sachwerte noch interessanter geworden. Eine Immobilie bietet entsprechend gute Sicherheit. Die Zinsen sind immer noch niedrig und die monatliche Belastung oft nicht viel höher als die Miete.
Eindimensionale Informationsquellen, wie das Internet, können zu zeit- und kostenintensiven Fehlern verleiten. Dagegen bietet das Seminar einen plastischen Überblick und Sie bewegen sich souverän durch das Dickicht an Informationen und Anforderungen.

Themen:
- Planungs- und Baukosten
- Bauverträge und ihre Tücken
- Staatliche Förderung
- Finanzierungsmöglichkeiten
- Informationen zu Bewertung von Gebrauchtimmobilien
- Infos zu Sanierung und Umbau
- Photovoltaik

Hans-Joachim Klemm, Andreas Fischer
Samstag, 10. März,
9.00 - 16.30 Uhr (8 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 5
Gebühr: 30,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE1402
„Grünes" aus der Steckdose
Umstieg auf Naturstrom



Erfahren Sie, warum sich ein Umstieg lohnt und was es alles zu beachten gibt.

Themenschwerpunkte:
- Von wem kann man Ökostrom beziehen? Reine Naturstromanbieter und die Angebote der großen Energieanbieter
- Kommen zusätzliche Kosten auf mich zu? Rechenbeispiele
- Wie steige ich um? Vertragskündigungen bzw. Neuvertrag
- Gibt es technische Voraussetzungen?

Bitte bringen Sie Ihre letzte Stromabrechnung mit.

Claus Stahl
Samstag, 3. März,
9.00 - 12.15 Uhr (4 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 10,00 €

CE1403
Schutz vor Elektrosmog - „Es liegt was in der Luft"

In Zusammenarbeit mit Haacke Haus

Schützen Sie die in Ihrem Haus lebenden Menschen vor Belastungen durch Felder von Mobilfunk, Stromleitungen und elektrischen Geräten. Elektrosmog stört die natürlichen Lebensabläufe, greift in biologische Prozesse ein und verändert sie, bedeutet Stress für Körper und Psyche.
- Was ist Elektrosmog - Stress durch Strom und Strahlung?
- Die Wirkung von Elektrosmog
- Schutz und Vorsorge
- Strahlungsquellen im Alltag - Was kann ich selbst tun?
- Abschirmungsmaßnahmen bei Neubau und Sanierung sowie im privaten Haushalt

Sabine Grabert, Dipl.-Geogr./Baubiologin (IBN)
Donnerstag, 1. März,
18.30 - 20.45 Uhr (3 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 3
Gebühr: 7,00 €

CE1404

Altes Haus wird wieder jung!

Lust und Last - selten liegen die beiden so nah zusammen wie bei einem alten Haus. Irgendwann werden Reparaturen und Modernisierungsmaßnahmen fällig und als Hausbesitzer steht man vor kostspieligen Entscheidungen.

- Was gilt es zu beachten bei Altsanierungen?
- In welcher Reihenfolge wird eine Sanierung durchgeführt?
- Wie vermeide ich Folgeschäden, wie Feuchtigkeit und Schimmelpilzbildung?
- Wie saniere ich, damit auch die Betriebskosten in Zukunft im bezahlbaren Rahmen bleiben?
- Reicht auch eine Innensanierung?
- Und wie sieht das Ganze im denkmalgeschützten Haus aus?
- Gibt es gesetzliche Vorgaben, Beratungsmöglichkeiten und Fördermittel, wenn ich etwas mache?

Heike Koenig, Dipl.-Ing. Architektin, Energieberaterin nach BAFA und zertifizierte Passivhausplanerin
Mittwoch, 25. April,
18.30 - 20.45 Uhr (3 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 7,00 €

CE1405

Schimmel

Unsere Wohngebäude werden immer besser gedämmt und immer luftdichter gebaut. Gut und richtig gedämmte Wände erhöhen die Behaglichkeit, sparen Energie und helfen, Schimmelpilzbildung zu vermeiden.

- Wie entsteht Schimmelpilz und wie gesundheitsgefährdend ist Schimmel in der Wohnung?
- Wie gehe ich bei der Sanierung von Schimmelpilzbefall vor?
- Wo sind die typischen Schwachstellen im Alt- und Neubau?
- Welcher Zusammenhang besteht zwischen Schimmelpilzbildung und Nutzerverhalten?

Heike Koenig, Dipl.-Ing. Architektin, Energieberaterin nach BAFA und zertifizierte Passivhausplanerin
Mittwoch, 9. Mai,
18.30 - 20.45 Uhr (3 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 7,00 €

Technik

CE1410

Um mein Rad kümmere ich mich selbst!
Wochenendseminar

Ein Fahrrad muss gepflegt werden, damit es immer und lange einsatzbereit und verkehrssicher ist. Kleine Reparaturen und Wartungsarbeiten können Sie selbst erledigen. Das spart Zeit und Geld.
In diesem Workshop zeigen wir Ihnen, wie Sie Ihr Rad (und vielleicht auch die Räder Ihrer Kinder) einsatzbereit halten. Dazu gehört u.a. das Einstellen von Bremsen und Gangschaltung, die Überprüfung und Reparatur der Lichtanlage und das Spannen der Kette. Darüber hinaus werden alle Fragen zur Technik und zum beschwerdefreien Radeln beantwortet.

Vergessen Sie nicht, mit Ihrem Fahrrad zu kommen! Und bitte denken Sie daran, vorhandenes Werkzeug, Flickzeug und eine Luftpumpe mitzubringen.

Claus Stahl, Zweiradmechaniker (Mitglied im ADFC)
Samstag, 5. Mai,
13.00 - 18.15 Uhr (7 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 18,50 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE1411

Das Handy klingelt ...
Wissenswertes rund um das „kleine Telefon“

Jeder/jede hat es ... aber vielen fehlen doch noch wichtige Hinweise und Handhabungen, um damit umzugehen.

Im ersten Teil wird Ihnen erläutert, wie Mobilfunk funktioniert, welche Netzbetreiber und Dienstanbieter (Provider) es gibt.
Im zweiten Teil üben Sie praktisch die Bedienung Ihres Handys und lernen dabei die wichtigsten Funktionen kennen und nutzen.

Nicht vergessen: Bitte laden Sie den Akku Ihres Handys vor dem Seminar noch einmal auf!

Bitte bringen Sie (natürlich) Ihr Handy, das Netzladegerät, das Benutzerhandbuch (wenn noch vorhanden) sowie die Telefonnummer und die PIN (stehen im Schreiben Ihres Netzanbieters mit dem Ihnen die Telefonkarte zugesandt wurde) und eine neue Guthabenaufladekarte, wenn Sie einen Guthabenvertrag (Prepaid) besitzen, mit.

Peter Hoffmanns, Dipl.-Verwaltungswirt
montags, ab 20. Februar,
16.00 - 19.00 Uhr, 2 Termine (8 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 20,00 €

Recht

CE1501

Erbrecht kompakt
Gesetzliche Erbfolge und NEUES Pflichtteilsrecht

Nach einer Einführung in das gesetzliche Erbrecht und das neue Pflichtteilrecht wird anhand von praktischen Beispielen der Erbgang in den einzelnen Ordnungen dargestellt.

Inhalte:
Erbschaftssteuer und Nachfolgeplanung, Testamentserrichtung und -gestaltung, Testamentsvollstreckung und Erbauseinandersetzung, Erbverzichte und Pflichtteilsrecht.
Kursziel ist, dass jeder Teilnehmende wirksam ein Testament errichten kann.

Hans-Herbert Encke, Rechtsanwalt und Notar
dienstags, ab 7. Februar,
18.30 - 20.00 Uhr, 4 Abende (8 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 20,00 €

CE1502

General- und Vorsorgevollmacht
mit Patientenverfügung

Eine Vorsorge für den Eintritt der Betreuungsbedürftigkeit ist ein Thema für Jung und Alt. Vieles kann zu einer Betreuungsbedürftigkeit führen: ein Unfall, eine Erkrankung, das Alter. Wie kann für einen solchen Fall vorgesorgt werden, damit eine nahe stehende Person die Betreuung übernimmt und nicht ein vom Gericht bestellte/r fremde/r Betreuer/in? Was soll bei einer unheilbaren Erkrankung geschehen, wenn man sich nicht mehr äußern kann oder seine Urteils- und Entscheidungsfähigkeit verloren hat? Die Patientenverfügung ist eine entsprechende Anweisung an die behandelnden Ärzte.

Jan Dormann, Rechtsanwalt und Notar
Donnerstag, 26. April,
19.15 - 21.30 Uhr (3 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 7,00 €

Projekt „Kulturelle KLICKS“: „Tankstellen“
Foto: Jürgen Behlau

CE1503

Durchblick beim Arbeitsvertrag



für Arbeitnehmer/-innen

Lernen Sie Ihre Pflichten und insbesondere Ihre Rechte im Hinblick auf den Arbeitsvertrag kennen!

Themen:

- Tätigkeitszuweisung
- Arbeitszeit
- Entgeltklausel
- Urlaub
- Kündigungsfrist
- Wettbewerbsverbot
- Verfallsklauseln

Nina Graap, Rechtsanwältin
Heike Jablonsky, Rechtsanwältin
Donnerstag, 15. März,
18.30 - 20.45 Uhr (3 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 3
Gebühr: 7,00 €

Pädagogik / Psychologie

Programmbereichsleitung:
Tessa Twele

CE1700

Gesprächskreis für binationale Paare und Familien



Im Alltag binationaler Paare und Familien treten unterschiedliche Kulturen auf engste Weise in Interaktion. Herkunftsspezifische Verhaltensweisen und Sozialisationen harmonieren oder stoßen in der täglichen Routine aufeinander. Wie werden typische Konflikte gelöst und kulturell bedingte Unterschiede als Quelle von Harmonie und Kreativität genutzt?
Mögliche Gesprächsthemen können sein: Sprache, Partnerschaftsverständnis zwischen Mann und Frau, Fragen der Kindererziehung, Essgewohnheiten, Kommunikation mit den Verwandtschaften.
Darüber hinaus werden Themenwünsche der Teilnehmenden berücksichtigt.
Das deutsch-japanische Ehepaar Hirata lädt binationale Paare und Familienangehörige zu einem Austausch ein.

Martina und Masanobu Hirata
Dienstag, 14. und 28. Februar,
19.30 - 21.00 Uhr, 2 Abende (4 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 3
Gebühr: 10,00 €

Wir bitten auch bei Einzelveranstaltungen um Anmeldung!

Nur so können Sie sicherstellen, dass wir von Ihrem Interesse erfahren und Ihr Wunschangebot auch stattfinden kann.

Vielen Dank ...

Kinder haben Rechte

unicef

Ausstellung im VHS-Haus,
Trift 20,
vom
01.02.-23.03.2012

Vorträge und Führungen durch die Ausstellung
siehe Bereich Celle: Politische Bildung

Die Ausstellung ist während der Geschäftsöffnungszeiten zu besichtigen.

CE1701

Kinder lernen immer ...

Wochenendseminar

Gehören Sie auch zu den Erwachsenen, die sich schon mal gedacht haben: Kinder lernen immer – nur nicht unbedingt das, wovon ich oder andere meinen, dass sie es sollen?
Möglicherweise steckt dahinter die Vorstellung vom kindlichen Gehirn, dass es trainiert werden müsste wie ein Muskel. Es ist jedoch viel einfacher, es wird von allein so, wie und wofür Kind es mit Begeisterung benutzt.
Wenn es zu einer „Schatztruhe" reifen soll, müssen wir Erwachsene uns zum Beispiel fragen:

- Welche Fähigkeiten, welche Werte, welches Wissen betrachten wir als „Schätze"?
- Wie können wir dazu beitragen, dass Kinder ihre angeborene Begeisterungsfähigkeit nicht verlieren, mit der sie lernen wollen?
- Wie sehen die Bedingungen und Räume aus, in denen sie lebenstaugliche Erfahrungsschätze im Bewegen sammeln können?

Unter diesem Aspekt wollen wir uns nicht nur im Sitzen auf die Suche nach Antworten begeben. Unterstützen lassen wir uns von einer DVD-Aufzeichnung mit praktischen Beispielen von dem Hirnforscher Gerald Hüther.
Zur Einstimmung eignet sich „Gerald Hüther, Was wir sind und was wir sein könnten. Ein neurobiologischer Mutmacher", 2011.

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen eine Decke und ein Kissen mit.

Sabine Bahnemann,
Sport- und Feldenkraislehrerin
Samstag, 10. März,
10.00 - 13.45 Uhr (5 UStd.)
VHS, Trift 20, Saal
Gebühr: 15,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE1702

Brain Gym und One Brain System – „Gehirngymnastik bei Lernproblemen"

ein Kennen lernen für Eltern gemeinsam mit Kindern im Alter von 7 - 13 Jahren
Wochenendseminar

Kinder und Jugendliche haben alle Hände voll zu tun – das Leben, die Schule ... Leistungsdruck und Stress sind manchmal kaum auszuhalten und schon in den ersten Schuljahren beeinflussen Lernblockaden den Schulalltag und den weiteren Schulweg.
Der Pädagoge und Leiter einer Leseklinik in Kalifornien, Dr. Paul Dennison, stellte im Laufe seiner Arbeit fest, dass Konzentrations- und Lernprobleme vor allem dann auftraten, wenn die Energiebalance im Körper gestört war und dass sich diese Störungen im Lernfluss durch bestimmte Bewegungsübungen auflösen ließen.
Hintergrundwissen und Übungen aus den Bereichen „Brain Gym" und „One Brain System" werden so vorgestellt, dass Eltern und Kinder „praktische" Einblicke erhalten. Die Kinder legen eine Mappe an, mit deren Hilfe die Übungen auch für zu Hause nachvollziehbar sind.
Die begleitenden Elternteile erhalten einen Einblick in die drei Dimensionen des Denkens und erfahren etwas über Entstehung, Funktion und Auflösung von Lernblockaden. Sie lernen, aus der eigenen Hilflosigkeit und Ungeduld herauszufinden und das Lernen effektiver zu begleiten.

Marion Hoffmann, Dipl.-Sozialpäd., HP für Psychotherapie, Kinesiologin
Samstag, 18. Februar,
10.00 - 14.45 Uhr (6 UStd.)
VHS, Trift 20, Saal
Gebühr: 22,50 € für 1 Erwachsenen und 1 Kind
(Hinzu kommen Materialkosten in Höhe von 8,00 €, die direkt mit der Dozentin abgerechnet werden)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE1703

Wie helfe ich meinem Kind beim Übergang in die Schule und während der ersten Schuljahre?



Wie kann ich mein Kind in den ersten Schuljahren am besten unterstützen? Wie erkenne ich Probleme beim Lernen rechtzeitig? Gibt es Anzeichen für Lernprobleme schon vor der Einschulung? Wie halte ich Kontakt zu den Lehrern? Wo hole ich mir Hilfe, wenn ich nicht weiter weiß?
Wenn das erste Kind in die Schule kommt, haben die meisten Eltern viele Fragen. Wir alle haben unsere eigenen Erfahrungen mit der Institution Schule gemacht. Manche sind positiv und andere sind es nicht.

Collegium Cellense Special - Familiennachmittag - Sonntag, 04.03.2012,16:00 Uhr in der CD-Kaserne

Special-Chemie-Vorlesung
Dr. rer. nat. Andreas Korn-Müller (Science Comedy)

Dr. Andreas Korn-Müller alias „Magic Andy" macht gern Quatsch und liebt die Chemie. Bei seiner Chemie-Show „Das verrückte Chemie-Labor" wird er seine tollsten Tricks verraten! „Magic Andy" wird mit Hilfe einfacher Chemikalien viele spannende Experimente präsentieren: u. a. geisterhafte Handschuhblumen, Geheimtinten, künstliches Blut, Tintenkiller-Effekt,
Eisberge im Wohnzimmer, leuchtendes Waschpulver und Feuer spucken für Kinder – alles mit vielen Mitmach-Experimenten.
Mit seinen fulminanten Wissenschaftsshows tourt der mehrfach ausgezeichnete Preisträger Dr. Andreas Korn-Müller als „Magic Andy" durch Deutschland und Europa und hatte bisher auch Show-Auftritte in Bangkok und Abu Dhabi.
Bei dieser Kinderakademieshow sind große und kleine Wissenschaftler willkommen

Die Teilnahme an den Vorlesungen der Kinderakademie Collegium Cellense – z.B. der der Erwerb eines Akademie-Ausweises für alle Vorlesungen eines Semesters - kann über das **Bildungspaket/kulturelle Teilhabe** gefördert werden!

Anträge können beim Landkreis Celle, Sozialamt gestellt werden – Telefonische Auskunft: 05141-916-4080

Das Bildungspaket richtet sich an Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene, die in einkommensschwachen Familien leben.
Das sind zunächst Leistungsberechtigte mit ihren Kindern, die

- Grundsicherung für Arbeitssuchende nach dem SGB II,
- Hilfe zum Lebensunterhalt nach dem SGB XII,
- Leistungen in besonderen Fällen nach § 2 AsylbLG,
- Kinderzuschlag nach § 6 a BKGG oder
- Wohngeld beziehen.



Collegium Cellense auf Tour

Die Kinderakademie besucht im neuen Semester zwei Celler Grundschulen. Im Februar touren die Professoren in der Grundschule Altencelle und in der Sprachheilschule in Klein Hehlen mit jeweils einer Vorlesung für die 3.+ 4.Klasse.

Mehr davon im VHS-Programmbereich Junge VHS – Collegium Cellense/die Kinderakademie

Kontakt zu **„Collegium Cellense auf Tour"** – Tessa Twele, Tel:05141-9298-21

Dem eigenen Kind wünschen wir positive Erfahrungen und versuchen Negatives fernzuhalten. Natürlich gelingt das nicht immer.
Wir werden an diesem Abend über sinnvolle Unterstützung sprechen, die die Kinder selbstständig werden lässt und sie nicht überfordert. Es werden häusliche Fördermöglichkeiten angesprochen und außer-schulische Fördermaßnahmen vorgestellt.

Sabine Michalsky, selbst. Lerntherapeutin, Lehrerin
Mittwoch, 9. Mai,
19.00 - 21.15 Uhr (3 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 7,00 €

CE1704
ADHS und Komorbiditäten
ein Angebot für Eltern betroffener Kinder
und für betroffene Erwachsene

Information und Austausch sind notwendig und helfen. Sie erhalten an diesem Abend Hilfen zur Verbesserung der Selbstwahrnehmung, zur Konfliktfähigkeit und für ein besseres wechselseitiges Verstehen.

Christina Brockmann,
ADHS Beraterin & Trainerin
Dienstag, 28. Februar,
19.00 - 21.15 Uhr (3 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 1
Gebühr: 7,00 €

CE1705
Familienaufstellung nach Hellinger
Wochenendseminar

Ganz häufig kommt es in unserem Leben zu so genannten Verstrickungen, sei es in unserer Familie, in zwischenmenschlichen Beziehungen oder in unserem Beruf. Diese zeigen sich zum Beispiel als Partnerschaftsprobleme, Krankheiten und Mobbing.
Ziel der Aufstellung ist es, diese Verstrickungen zu erkennen und zu lösen. Wir arbeiten mit Stellvertretern. Diese Arbeit wirkt sich oft sehr schnell harmonisch auf alle Personen einer Familie bzw. einer anderen Beziehung aus.

Marion Burstedde, Heilpraktikerin
Samstag, 21. April, 14.00 - 20.00 Uhr,
Sonntag, 22. April, 10.00 - 16.00 Uhr
(16 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 3
Gebühr: 40,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE1706
Familienaufstellung nach Hellinger
Wochenendseminar

Kursinhalt s. o.

Marion Burstedde, Heilpraktikerin
Samstag, 12. Mai, 14.00 - 20.00 Uhr,
Sonntag, 13. Mai, 10.00 - 16.00 Uhr
(16 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 6
Gebühr: 40,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE1707

Vom „Warum?" zum „Wozu?" - Der Sinn meines Lebens und die Anderen

Biografiearbeit zur Aneignung von Lebenswelt
Wochenendseminar

Das Ich: ein Punkt in der gewordenen Geschichtlichkeit. Lassen sich alle Sinnfragen aus meiner Biografie erschließen? Welche Ereignisse in meinem Leben sollte ich beleuchten? Woher habe ich meine Ziele? Sind es wirklich meine Ziele/ Wünsche und was will ich dadurch erfahren? Woher habe ich meine Identität? Wer gab mir meine Identität (Familie, Schule ...)? Wie kam mein persönliches Weltbild zustande? Was wäre aus mir geworden, wenn ich so nicht gelebt hätte?
Das Seminar setzt sich zusammen aus: Theorie, Praxis, Selbsterlebten (biografischen) Anteilen der Teilnehmenden.

Kordula Sommer, Dipl. Sozialpädagogin, systemische Beraterin
Freitag, 13. April, 18.30 - 21.30 Uhr
Samstag, 14. April, 10.00 - 17.00 Uhr
Samstag, 21. April, 10.00 - 17.00 Uhr
(19 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 2
Gebühr: 52,30 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE1708

Wenn Liebe krank macht

Ein Abend über Beziehungsabhängigkeit, Flucht aus der Einsamkeit und über die Angst, verlassen zu werden.
Wir schauen uns gemeinsam die Suche nach den ureigensten Bedürfnissen eines jeden Menschen an. Wie kann das zur Sucht werden? Was sind die möglichen Gründe dafür und welche Wege gibt es, zu einer gesunden Selbstliebe zu gelangen, die uns befähigt, wirklich befriedigende und erfüllende Beziehungen einzugehen oder zu führen?

Svenja Osterberg, HP für Psychotherapie, Hypnose- und Reinkarnationstherapeutin
Dienstag, 17. April,
18.30 - 21.15 Uhr (3 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 1
Gebühr: 7,00 €

CE1709

Anpassungsstörungen und Belastungsreaktionen

So geht das nicht weiter! Alles ist anders nach dem Tod einer nahe stehenden Person, der Trennung vom Partner, dem Verlust des Arbeitsplatzes, dem Unfall oder sogar einer lebensbedrohlichen Situation, einem Gewaltverbrechen oder einer Naturkatastrophe? Sie haben Alpträume, können sich über nichts mehr wirklich freuen, haben Schlafstörungen und sind viel schreckhafter als vorher?
Anpassungs- und posttraumatische Belastungsstörungen sind Reaktionen auf belastende Lebensereignisse. An diesem Abend beschäftigen wir uns mit den verschiedenen Symptomen auf der körperlichen und psychischen Ebene sowie den möglichen psychischen, sozialen und gesundheitlichen Folgen von traumatischen Erlebnissen. Erläutert werden einige therapeutische Möglichkeiten und weitere Maßnahmen zur Verarbeitung und/oder Wiedererlangung von eigenen Handlungskompetenzen.

Svenja Osterberg, HP für Psychotherapie, Hypnose- und Reinkarnationstherapeutin
Dienstag, 6. März,
18.30 - 20.45 Uhr (3 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 1
Gebühr: 7,00 €

CE1710

Ängste, Phobien und Panikattacken

Angst ist etwas völlig Normales und führt in gefährlichen Situationen zu erhöhter Aufmerksamkeit und Handlungsbereitschaft. Zuviel oder unbegründete Angst bewirkt das Gegenteil. Sie lähmt und wird von allerlei unangenehmen körperlichen Symptomen begleitet. Die Lebensqualität wird fortschreitend erheblich eingeschränkt.
An diesem Abend beschäftigen wir uns mit den verschiedenen Formen der Angst. Wir beleuchten die möglichen Ursachen und Auslöser. Wir besprechen die möglichen psychischen, sozialen und gesundheitlichen Folgen von Angststörungen. Erläutert werden verschiedene Therapieansätze und weitere Maßnahmen zur Verbesserung und/oder Wiedererlangung Ihrer Lebensqualität.

Svenja Osterberg, HP für Psychotherapie, Hypnose- und Reinkarnationstherapeutin
Dienstag, 28. Februar,
18.30 - 20.45 Uhr (3 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 6
Gebühr: 7,00 €



Projekt „Kulturelle KLICKS": „Passende Kontraste"
Foto: Konstanze Zenker

CE1711

Überlebenskunst

Lebensführung in schlechten Zeiten
Wochenendseminar

Manche Menschen schaffen es, Krisen besser zu bewältigen als andere – warum? Sie haben eine psychische und physische Widerstandsfähigkeit.
Resilienz ist erlernbar!
In diesem Seminar bekommen Sie Antwort auf die Fragen:

- Wie können Sie den Alltag zwischen Lebenskampf und Lebenskunst bewältigen?
- Wie gelingt es Ihnen, den Kopf noch über Wasser zu halten, auch wenn Ihnen das Wasser schon bis zum Hals steht?
- Was macht das Leben dann noch lebenswert oder auch – was ist das Gute an den schlechten Zeiten?
- Welche Talente benötigen Sie, um Durststrecken auszuhalten und Krisen zu bewältigen?

Sonja Elisabeth Wötzel, Dipl.-Sozialpäd., Fachref. für Sozialmanagement, Persönlichkeitsentwicklung & Gesundheitsförderung
Samstag, 25. Februar,
9.00 - 13.30 Uhr (6 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 5
Gebühr: 15,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE1712

Emotionale Intelligenz

Wochenendseminar

Unsere primär leistungs-, außen- und zielorientierte Gesellschaft nimmt wenig ernst, was uns doch als Menschen vor allem bewegt: unsere Gefühle.
Vielen Menschen ist wenig „emotionale Lebenskunst" beigebracht worden. Aber was ist das Leben, ohne zum Beispiel das wirkliche Zulassen und Fühlen von Freude oder Liebe? Die scheinbar „negativen" Gefühle wie Wut, Angst, Schmerz werden meistens verdrängt und heraus kommt zum Teil ein von sich selbst getrennter Mensch. Dabei müssen wir uns auf alle Gefühle einlassen können, um emotional ganz lebendig, authentisch, offen und kräftig sein zu können.
Mit Wahrnehmungs- und Ausdruckübungen, „Emotional Centering", geistige Integration, Aussprachen, Vorträge u.a. werden wir uns den fünf wesentlichen Grundgefühlen theoretisch und praktisch nähern.

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung, bringen eine Unterlage/Decke und Schreibunterlagen für Notizen mit.

Cord Cordes, Dipl.-Pädagoge, Trainer & Coach
Samstag, 30. Juni,
10.00 - 17.00 Uhr (8 UStd.)
VHS, Trift 20, Gymnastikraum
Gebühr: 20,00 €
Schriftliche Anmeldung erforderlich.

CE1713

NLP – eine Einführung

in das neurolinguistische Programmieren
Wochenendseminar

Was ist NLP und was kann es leisten?
NLP ist in den 70er Jahren von dem Mathematiker und Psychologen Richard Bandler und dem Linguisten John Grinder entwickelt worden. Es bietet Menschen Strukturen und Methoden an, um Kommunikations-, Verhaltens- und Denkmuster zu verändern und zu optimieren. Einen ersten Einblick in das neurolinguistische Programmieren erhalten Sie an diesem Tag.

Brita Floegel, Kommunikationstrainerin, zertif. NLP Lehrtrainerin und Coach für den DVNLP
Samstag, 3. März,
10.00 - 17.00 Uhr (8 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 3
Gebühr: 24,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

Die VHS Celle bietet eine berufsbegleitende Fortbildung zum NLP Practitioner an. Interessierte können sich gern in der Geschäftsstelle der VHS in eine Vormerkliste eintragen lassen. Bei einer genügend großen Nachfrage kann diese Fortbildung noch vor den niedersächsischen Sommerferien beginnen.
Siehe Fachbereich Berufliche Bildung



Mensch und Gesellschaft

CE1714

Basiswissen Gewaltfreie Kommunikation (nach M.B. Rosenberg)

„Erreichen, was ich wirklich will"
Wochenendseminar

Die gewaltfreie oder einfühlsame Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg eröffnet neue Möglichkeiten von Beziehung und Verbindung: mit sich selbst oder mit anderen. Mit Kindern, mit Erwachsenen, in der Familie, in Freundschaften und im Beruf auf eine Art und Weise sprechen und hören, die geeignet ist, das zu erreichen, was Sie wirklich wollen.
Sie machen sich mit den Basiselementen der GFK vertraut:

- Gewaltfreie, einfühlsame Kommunikation – Was kann die GFK bewirken?
- Vier Schritte, um sich zu verbinden
- Beobachten – die Welt mit allen Sinnen aufnehmen
- Gefühle und Bedürfnisse – Was bewegt Sie; wie bringen Sie etwas in Bewegung?
- Bitten – Handlungen und Strategien entwickeln
- Einfühlung (Empathie) für sich selbst und für andere

Literaturempfehlung: „Gewaltfreie Kommunikation" - Marshall B. Rosenberg - Junfermann Verlag

Christian Kapretz, Mediator, systemischer Berater, Heilpraktiker
Freitag, 27. Januar, 18.00 - 21.00 Uhr,
Samstag, 28. Januar, 10.00 - 18.00 Uhr (13 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 6
Gebühr: 32,50 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich



Ein Grundlagenseminar findet auch in der Außenstelle Bergen statt. Anmeldungen bitte direkt über die Außenstelle.

CE1715

Gewaltfreie Kommunikation - Erreichen, was ich wirklich will!

Lern- und Übungsgruppe (Aufbau)

In dieser Gruppe üben und lernen Sie die „Gewaltfreie Kommunikation" praktisch anzuwenden. Sie finden einen geschützten Raum zum Austausch, zum Vertiefen und zum Probieren.
„Gewaltfrei" steht hier für „frei von verletzender Wirkung", „lebensfördernd", „einfühlend". Geben und Nehmen wird als fließender Prozess gesehen. Ein befriedigendes Handlungsmotiv ist es, das eigene Leben und das der anderen zu bereichern, anstatt etwas aus Angst, Schuld oder Scham zu tun oder zu sagen.
Die Ziele sind:

- Befriedigende Beziehungen, Verbindung; Kontakte aufbauen und unterhalten
- Unsere Bedürfnisse zu befriedigen, ohne anderen körperliche oder psychische Gewalt anzutun
- Verletzende Kommunikation zu verändern
- Konflikte wandeln und lösen

Bitte melden Sie sich für dieses Seminar nur an, wenn Sie bereits einen oder mehrere GFK-Kurse oder das Basisseminar besucht haben.
Literaturempfehlung: „Gewaltfreie Kommunikation", Marshall B. Rosenberg - Junfermann Verlag

Die Teilnahme setzt keine besonderen Kenntnisse voraus. Es ist hilfreich, wenn das Einführungsseminar (Nr. CE1704) besucht oder ein Buch über die Methode gelesen wurde.

Christian Kapretz, Mediator, systemischer Berater, Heilpraktiker
Donnerstag, 2. und 16. Februar,
1. und 15. März, 12. und 26. April,
10. und 24. Mai sowie 7. Juni,
jeweils 19.30 - 21.45 Uhr,
9 Abende (27 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 5
Gebühr: 67,50 €

CE1716

Gewaltfreie Kommunikation - Erreichen, was ich wirklich will!

Lern- und Übungsgruppe (Aufbau)

Kursinhalt s. o.

Bitte melden Sie sich für dieses Seminar nur an, wenn Sie bereits einen oder mehrere GFK-Kurse oder das Basisseminar besucht haben.
Literaturempfehlung: „Gewaltfreie Kommunikation", Marshall B. Rosenberg - Junfermann Verlag

Die Teilnahme setzt keine besonderen Kenntnisse voraus. Es ist hilfreich, wenn das Einführungsseminar (Nr. CE1714) besucht oder ein Buch über die Methode gelesen wurde.

Christian Kapretz, Mediator, systemischer Berater, Heilpraktiker
Donnerstag, 9. und 23. Februar,
8. und 22. März, 19. April,
3. und Mittwoch, 16. und Donnerstag, 31. Mai sowie 14. Juni,
jeweils 19.30 - 21.45 Uhr, 9 Abende (27 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 5
Gebühr: 67,50 €

CE1717

Wertschätzende Kommunikation im beruflichen Alltag

Wochenendseminar

Wertschätzende Kommunikation im Privatleben – das können wir uns vorstellen. Aber funktioniert sie auch im beruflichen Alltag? Ist es möglich angesichts der starken Belastung, der viele Berufstätige ausgesetzt sind bzw. an ihren Arbeitsplätzen vorfinden, einen Umgang im Miteinander zu pflegen, der ihnen ein effektives, flüssiges und letztlich auch befriedigendes Arbeiten ermöglicht?
Die Gewaltfreie Kommunikation nach Dr. Marshall Rosenberg ist eine wirksame Methode, die ein respektvolles Miteinander durch klare und eindeutige Kommunikation und gegenseitiges Verstehen fördert. Sie ermöglicht, auch dann in wertschätzendem Kontakt zu bleiben, wenn's mal schwierig wird. Mit ihrer Hilfe können stabile und von gegenseitigem Vertrauen geprägte Beziehungen am Arbeitsplatz aufgebaut und gestärkt werden.
Sie lernen die Grundelemente der Wertschätzenden Kommunikation kennen:

- Interessen und Bedürfnisse - sich selbst verständlich machen und den Anderen verstehen
- Gefühle anerkennen und ihr Potenzial sinnvoll nutzen
- Von der subjektiven Bewertung zur neutralen Beobachtung
- Nachhaltige Veränderung erreichen durch wirksame Bitten
- Die empathische Haltung vollständig entfalten - auch in schwierigen Situationen

Sie erleben und üben, wie Sie

- in wertschätzendem und respektvollem Kontakt mit Ihrem Gegenüber bleiben,
- einander hören, ohne Kritik oder Vorwürfe persönlich zu nehmen.

Dabei stehen Ihre individuellen Themen im Vordergrund.

Gudrun Otremba, Kindergartenleiterin, Trainerin für GFK
Thomas Otremba, Geoinformatiker; Trainer für GFK
Freitag, 24. Februar, 18.00 - 21.00 Uhr,
Samstag, 25. Februar, 10.00 - 17.00 Uhr (11 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 2
Gebühr: 27,50 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE1718

Gewaltfreie Kommunikation in meinen Alltag integrieren

Vertiefungstraining am Wochenende

Mit diesem Seminar richten wir uns an Menschen, die schon mit der Gewaltfreien Kommunikation nach Marshall Rosenberg in Kontakt gekommen sind. Sind Sie bei dem Versuch, diese anzuwenden an Grenzen gestoßen?
Wurde Ihre Ausdrucksweise von anderen als aufgesetzt erlebt und daher abgelehnt? Wünschen Sie sich leicht und flüssig mitzuteilen?
Anhand der nachfolgenden Themen wollen wir gemeinsam tiefer an die GFK vordringen:

- EMPATHIE – hören, was andere wirklich bewegt
- Selbstempathie – der Weg zur eigenen Heilung
- die Schönheit der Bedürfnisse erleben
- Wut und Ärger als etwas Kostbares annehmen
- einen authentischen Dialog führen.

Gudrun Otremba,
Kindergartenleiterin, Trainerin für GFK
Thomas Otremba,
Geoinformatiker; Trainer für GFK
Freitag, 11. Mai, 18.00 - 21.00 Uhr,
Samstag, 12. Mai, 10.00 - 17.00 Uhr,
Sonntag, 13. Mai,
10.00 - 13.00 Uhr (16 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 5
Gebühr: 40,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE1719

Heilende Gedanken

Dieses Seminar wird eine Reise in die eigene Gedankenwelt. Was denkt es eigentlich in mir? Wir wollen in verschiedenen Übungen nach Innen schauen und Gedanken und Glaubenssätze, die uns nicht gut tun, aufspüren und auf ihre Richtigkeit überprüfen. In aufeinander aufbauenden verschiedenen Schritten das Loslassen und Vergeben üben, segnen, was bereits gut ist in unserem Leben und lernen, uns selbst anzuerkennen so wie wir sind.
Der Augenblick der Kraft liegt immer in der Gegenwart.
Wir wollen in Einzel- und Kleingruppen verschiedene Übungen erarbeiten, der Gruppe davon berichten oder vielleicht auch nicht, ganz nach Wunsch.

Margot Müller, HP Psychotherapie
Montag, 13. und 27. Februar,
12. März, 23. April, 14. Mai,
4. und 18. Juni, jeweils 18.30 - 21.30 Uhr,
7 Abende (28 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 5
Gebühr: 70,00 €

Philosophie / Religion

Programmbereichsleitung:
Tessa Twele

CE1801



Die Juden

Geschichte eines Volkes

2007 stellte der WDR auf dem Kirchentag in Köln die Fernsehproduktion „Die Juden“ vor. Dieses war die erste umfassende Produktion, die die Geschichte des Judentums vom Auszug aus Ägypten bis in unsere Tage darstellte.
Während wir Deutsche unser Bild vom Judentum besonders durch die Geschichte des 20. Jahrhunderts vermittelt bekommen haben, so weitet diese Fernsehproduktion unseren Blick auf die Vielfalt, auf die unterschiedlichen Strömungen, auf die bei uns fast vergessenen Persönlichkeiten von Maimonides bis hin zu Moses Mendelssohn. Im Seminar wollen wir uns diese Fernsehproduktion ansehen und die daran aufkommenden Fragen klären und zum vertiefenden Verständnis Texte lesen und weitere Medien hinzuziehen.

Peter Kuhlmann, Diplom-Theologe
dienstags, ab 14. Februar,
18.30 - 20.00 Uhr, 8 Abende (16 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 40,00 €

CE1802

Die Philosophie Platons

- Die Welt in der Idee -

Mit seiner Ideenlehre errichtete Platon ein Gedankengebäude, das wie kein anderes in der abendländischen Geistesgeschichte nachwirkte.
Inhalte der platonischen Ideenlehre ist ein Reich ewiger Wesenheit, der Ideen. Diese sind Urbilder der Realität. So erkennen wir trotz unterschiedlichster Gestalt von Fliege, Fisch und Pferd diese Einzelwesen als Tiere, weil ihnen die Idee des Tieres zugrunde liegt. Die höchste Idee ist die Idee des Guten. Diese ist mit der Sonne vergleichbar, denn die Sonne ermöglicht durch ihr Licht nicht nur das Erkennen, sondern sie gibt der Natur auch Wärme und so Wachstum.
Mit Platon werden wir den Urvater der Philosophie des Abendlandes kennenlernen. Wir werden mit den Urformen vertraut, nach denen unser Denken und Handeln geprägt ist.
Das Seminar ist als Einführung angelegt. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Textauszüge werden an den jeweiligen Abenden bereitgestellt.

Wolfram Chemnitz, M.A. Philosophie
mittwochs, ab 8. Februar,
19.30 - 21.45 Uhr, 5 Abende (15 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 37,50 €

CE1803

Immanuel Kant: Philosoph des Protestantismus

Zu seinem Leben und seiner Lehre

„Was kann ich wissen? Was soll ich tun? Was darf ich hoffen? Was ist der Mensch?“ Um diese Fragen kreiste Kants Philosophie in seiner Erkenntnistheorie, Ethik, Metaphysik und Anthropologie. Dabei hat der große Königsberger Aufklärer sich immer wieder mit protestantischer Theologie auseinandergesetzt. Umgekehrt beziehen sich viele evangelische Theologen noch heute zustimmend oder kritisch auf Kant. Jene Zustimmung ist nicht selbstverständlich, denn Kant hat das Dasein Gottes für schlechterdings unbeweisbar erklärt. Trotzdem sind für ihn Gott, Freiheit (des Willens) und Unsterblichkeit (der Seele) Postulate der praktischen Vernunft.
Der allgemeinverständliche Vortrags- und Gesprächsabend geht ein auf Kants kategorischen Imperativ. Diesen ergänzt seine Lehre von einem Hang zum radikalen Bösen in der menschlichen Natur.



Projekt „Kulturelle KLICKS“:
„Singende Menschen“
Foto: Karlheinz Rehling

Aus einer Dreieinigkeit Gottes leitet er die Gewalteinteilung im Staat ab. Pietistisch erzogen hatte Kant später eine Abneigung gegen äußerlichen Gottesdienst in jeder Form. Doch mit Bewunderung und Ehrfurcht erfüllte ihn „der bestirnte Himmel über mir und das moralische Gesetz in mir". Meine Kritik des Wissens schafft Platz für den Glauben, schrieb Kant.
Zu klären ist: Was für einen Glauben meint Kant? Wird er dem befreienden Erbe des Protestantismus gerecht? Was hat Kant uns heute zu sagen? Wo müssen wir weiterdenken und im Leben weiterkommen?
Zu solcher Besinnung kann gerade Imanuel Kant ermutigen; denn er hat auf die Frage „Was ist Aufklärung?" geantwortet: „Habe Mut, dich deines eigenen Verstandes zu bedienen".

Dr. Helmut Geiger, Theologe
Mittwoch, 6. Juni,
19.30 - 21.45 Uhr (3 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 7,00 €

CE1804

Wege zum Glück

Der Philosoph Wilhelm Schmid in aktueller Diskussion
Seminarkurs in Zusammenarbeit mit der Leibniz Universität Hannover
Wochenendseminar

Kann die Philosophie Lebenshilfe leisten? Beantwortet sie die Sinnfrage und weist sie den Weg zum Glück?
In der Geschichte der Philosophie finden sich unterschiedliche Ansätze, Erklärungen und Lösungen: Von Epikur („Ursprung und Wurzel alles Guten ist die Lust des Baches") über den Dalai Lama („Der Weg zum Glück") bis hin zu den modernen Ideen des zeitgenössischen Denkers Wilhelm Schmid („Liebe neu erfinden").
In einer Zeit zerfallender Werte sieht Schmidt die aktuelle Aufgabe der Philosophie darin, in einer Art Lebenshilfe und Lebensbewältigung dem philosophischen Denken sowohl eine neue praktische Bedeutung als auch eine nachhaltige Würde beizumessen.
Neben der Erläuterung philosophischer Grundbegriffe wollen wir uns mit Hilfe spannender Originaltexte ausführlich über wesentliche Fragen des Lebens diskutieren.
Das Seminar richtet sich besonders an Teilnehmende, die bislang noch keine oder erst wenig Berührung mit der Philosophie hatten.
Ein spannender philosophischer Filmbeitrag mit Wilhelm Schmid zum Thema „Sinn und Glück" rundet unsere Einführung ab.

Prof. Dr. phil. habil. Peter Moritz, Philosoph
Sonntag, 15. April,
10.30 - 19.00 Uhr (10 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 37,00 € (inkl. Seminarbroschüre)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE1805

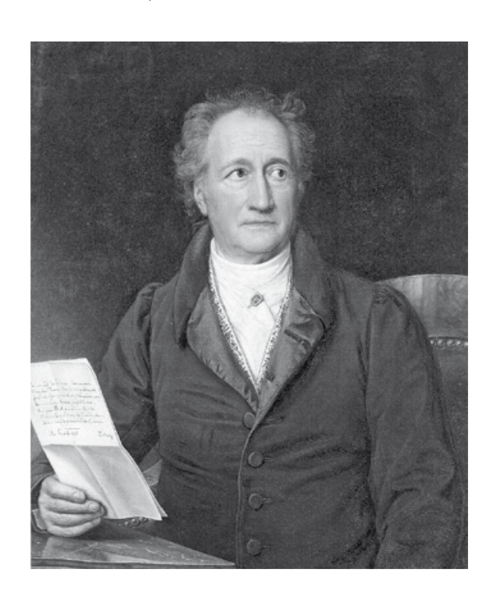
Goethe



Weltanschauung und Lebensweisheiten

Goethes Leben ist faszinierend und seine Gedanken bieten vielseitige Anregung zum lebensphilosophischen Austausch.
Alle Teilnehmenden mögen sich folgende Literatur besorgen: Eckermann, Johann Peter: Gespräche mit Goethe
Reclam, ISBN 978-3-15-002002-9 (16,00 €)
Das Buch dient als Gesprächsgrundlage. Nach einer Einführung wird von Termin zu Termin verabredet, was gelesen werden soll, um sich dann gemeinsam und mit fachkundiger Begleitung der Weltanschauung und den Lebensweisheiten Goethes zu nähern.

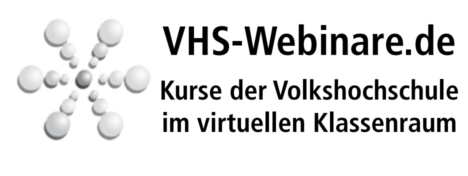
Masanobu Hirata
Mittwoch, 8. und 22. Februar, 28. März, 4. und 25. April, 9. und 23. Mai, 13. und 27. Juni, jeweils 19.00 - 21.15 Uhr, 9 Abende (27 UStd.)
VHS, Trift 20, Saal
Gebühr: 67,50 €



Neue Serviceleistungen für unsere Teilnehmenden:



Erhalten Sie ergänzendes Lernmaterial und vieles mehr auch nach dem Kurs – unsere Online-Plattform „Moodle" macht es möglich!
Weitere Informationen erhalten Sie bei
Markus Fink 05141/929823 oder m.fink@vhs-celle.de



Einige unserer Kurse können Sie live über das Internet belegen. Die VHS Celle kommt zu Ihnen nach Hause! Unsere Webinare finden Sie in den Bereichen „EDV" sowie „Beruf und Qualifizierung".
Weitere Informationen unter
www.vhs-webinare.de/vhs-ce

Kultur





Die Kunstwerkstatt in der VHS arbeitet seit 2009 und bietet Kurse und Projekte zur Kreativitätsförderung von Kindern und Jugendlichen sowie gemischten Gruppen (Erwachsene + Kinder) in den unterschiedlichsten Themenbereichen an. Neben den festen Kursen führt die Kunstwerkstatt auch Projekte besonders in Zusammenarbeit mit anderen Institutionen durch.

Wir bieten auch Kurse in Abstimmung mit interessierten Gruppen (Schulen, Kindergärten, Gemeinden usw.) an. Kontakt: Fachbereichsleitung der Kunstwerkstatt (Tel. 05141 / 92 98-24), E-Mail: info@vhs-celle.de.

Kunstwerkstatt

Programmbereichsleitung:
Karlheinz Rehling

CE2001

Malen und Zeichnen für Jungen

im Alter von 12 - 16 Jahren

Dieser Kurs richtet sich an Jugendliche, die ihre eigenen Ideen malerisch umsetzen wollen. Da Jungen in der Regel kein Interesse an Blumenbildern haben, liegt der Schwerpunkt beim individuellen Wunschbild, dass sich der Junge/ männliche Jugendliche unter Mithilfe des Dozenten erarbeitet.
Es wird auf Papier und Leinwand mit Acrylfarben, Kreide und Bleistift gearbeitet.

Michael Hohmann, Kunstmaler
mittwochs, ab 8. Februar,
16.00 - 19.00 Uhr, 6 Termine (24 UStd.)
Kunstwerkstatt, Hafenstraße 9
Gebühr: 58,00 €

CE2002

Malen und Zeichnen für Jungen

im Alter von 12 - 16 Jahren

Kursinhnalt s. o. .

Michael Hohmann, Kunstmaler
dienstags, ab 17. April,
16.00 - 19.00 Uhr, 6 Termine (24 UStd.)
Kunstwerkstatt, Hafenstraße 9
Gebühr: 58,00 €

CE2003

Freies Malen für Kinder und Jugendliche

von 3 - 16 Jahren

Die Kinder und Jugendlichen lernen eine/n neue/n Künstler/in kennen und wir malen auf einer großen Leinwand 50 x 50 cm und Papier 40 x 30 cm mit Gouchefarben.

Bernd Schröter, Künstler
freitags, 27. April, 25. Mai, 22. Juni und 6. Juli, jeweils 15.30 - 18.30 Uhr (4 Nachmittage) (16 UStd.)
Kunstwerkstatt, Hafenstraße 9
Gebühr: 63,20 € (inklusive Material)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE2004

Freies Malen für Kinder und Jugendliche

von 3 - 16 Jahren
Wochenendkurs

Kursinhnalt s. o.

Bernd Schröter, Künstler
samstags, 28. April, 26. Mai, 23. Juni und 7. Juli, jeweils 10.00 - 13.00 Uhr (4 Vormittage) (16 UStd.)
Kunstwerkstatt, Hafenstraße 9
Gebühr: 63,20 € (inklusive Material)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE2005

Kalligrafie - ein „prägendes" Erlebnis

für Erwachsene und Kinder in schreibfähigem Alter
in den Osterferien

Nach einer Einführung in die „Kunst des schönen Schreibens" können kurze Texte, einzelne Worte oder Buchstabenvariationen kalligrafisch ausgestaltet werden. Anschließend stellen wir einfache Schablonen zum Prägen auf Papier her. So können z.B. ein plastisch gearbeitetes Monogramm einen Briefbogen verzieren oder handgeschriebene Texte durch Reliefs betont werden.
Vorkenntnisse sind nicht erforderlich

Bitte mitbringen: viel Papier, mindestens 1 Block/Heft kariertes Papier DIN A4 und Zeichen-/Skizzenblock DIN A3 sowie einige Bögen Transparent- und Büttenpapier, Bandzug-/Plakatfedern 3 mm und breiter, Tinte, Bleistift, Radiergummi, feinen wasserfesten Filzstift, Schere, Lineal, Klebstoff, Cuttermesser und Schneideunterlage (Matte oder dicke Pappe).

Federn, Halter und die Materialien zum Prägen können im Kurs erworben werden (ca. 4 €)

Sabine Pfeiffer, Dipl. Grafik-Designerin
Dienstag, 3. April, 10.00 - 16.30 Uhr (8 UStd.)
Kunstwerkstatt, Hafenstraße 9
Gebühr: 16,00 € (+ 4,00 € Materialkosten, die mit der Dozentin abzurechnen sind)

CE2006

Buchbinden

für Kinder von 8 - 12 Jahren

Hast du Postkarten aus dem Urlaub mitgebracht, in der Schule Tierkarten gesammelt oder Fotos von einer Klassenfahrt?
Wir wollen dafür ein Leporello falten und einen schönen Einband gestalten.

Bitte Klebestift, Schere, Postkarten oder Bilder und Schreibzeug mitbringen.

Marlene Haacke
Samstag, 25. Februar, 10.00 - 13.00 Uhr (4 UStd.)
Kunstwerkstatt, Hafenstraße 9
Gebühr: 8,00 € (+ ca. 3 €, die mit der Dozentin abgerechnet werden)

CE2007



Quaddy, Lillifix und Ondulus:

Buchbinden in den Osterferien
für Kinder ab 9 Jahren

An 3 Vormittagen in den Osterferien wollen wir ein Buch binden.
Dank des Zauberers Ondulus und der Hexe Lillifix verwandelt sich ein trauriges Quadrat in viele überraschende Formen.
Diese Geschichte wollen wir in eine einfache Buchform bringen. Der Geschichte fehlen aber noch die Bilder. Diese werden wir nicht hinein malen sondern hinein falten. Lasst euch überraschen!

Bitte Schere und festen Klebestift (Pritt o.ä.) mitbringen.

Günter Duden
Montag, 26. bis Mittwoch, 28. März, jeweils 10.30 - 12.30 Uhr, 3 Vormittage (8 UStd.)
VHS, Trift 20, Kreativraum
Gebühr: 24,00 € (inklusive Materialkosten)

CE2008

Trommeln: Westafrikanische Rhythmen

Wochenendkurs

Die Djembe ist d i e westafrikanische Trommel, im Ensemble, mit den Basstrommeln (Doundoun, Sangban und Kenkeni).
Spieltechnik, Rhythmusübungen und das Erleben des Zusammenspiels sind Inhalte des Unterrichts. Der Rhythmus verbindet und als Gruppe und schenkt uns einen Zugang zu unseren Möglichkeiten und Grenzen, die wir spielerisch erleben.
„Es pulsiert, schwingt und macht Spaß; etwas Gemeinsames entsteht, dem sich keiner entziehen kann."
Dieser Kurs ist für alle Altersgruppen geeignet.

Martin Gensmer
Samstag, 17. März, 14.00 - 17.30 Uhr,
Sonntag, 18. März, 12.00 - 15.30 Uhr
(8 UStd.)
Kunstwerkstatt, Hafenstraße 9
Gebühr: 21,00 € (inklusive Gebühr für Instrumentennutzung)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE2009

Trommeln: Westafrikanische Rhythmen

Wochenendkurs

Kursinhalt s. oben

Martin Gensmer
Samstag, 2. Juni, 14.00 - 17.30 Uhr,
Sonntag, 3. Juni, 12.00 - 15.30 Uhr
(8 UStd.)
Kunstwerkstatt, Hafenstraße 9
Gebühr: 21,00 € (inklusive Gebühr für Instrumentennutzung)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE2010

Trommeln: Westafrikanische Rhythmen



In dem wöchentlichen Kurs haben wir die Möglichkeit auf individuelle Fortschritte und Probleme einzugehen und das Zusammenspiel zu intensivieren.

Martin Gensmer
montags, ab 16. April, 19.00 - 21.00 Uhr,
12 Abende (24 UStd.)
Kunstwerkstatt, Hafenstraße 9
Gebühr: 68,00 € (inklusive Gebühr für Instrumentennutzung)

CE2011

Sommer-VHS: Fachwerkschmuck in Wort und Bild

Wochenendkurs für Kinder und Jugendliche

Seltsame Tiere, kleine Figuren und Fabelwesen sind auf den geschnitzten Balken alter Fachwerkhäuser in Celle zu finden.
Wir gehen auf Entdeckungsreise und wollen diese in Bildern und Geschichten für uns lebendig werden lassen.

Am Samstag und Sonntag bitte Schreibmaterial und Malblock mitbringen.

Friederike Fink, Realschullehrerin, Kunsttherapeutin
Freitag, 17. August, 16.00 - 18.00 Uhr,
Spurensuche in der Altstadt,
Treffpunkt: Altes Rathaus,
Samstag, 18. August, 10.00 - 17.00 Uhr und
Sonntag, 19. August, 10.00 - 14.00 Uhr,
Kunstwerkstatt, Hafenstr. 9 (15 UStd.)
Treffpunkt: Altes Rathaus
Gebühr: 30,00 €

CE2012

Sommer-VHS: Celles Altstadt - mit Kinderaugen fotografiert



Kinder ab dem Grundschulalter sollen auf einem Stadtgang an bewusstes Sehen und Fotografieren herangeführt werden. Wie sehen Kinder die Details der Fachwerkstatt? Was ist für sie besonders auffällig? Durch den Sucher und auf dem Display wirkt manches ganz anders.
Auf diesem Fotospaziergang geht es um erste Versuche, über reines Knipsen hinauszukommen. Nicht Technik steht im Vordergrund, sondern das bewusste Sehen. Alle Kameratypen können mitgebracht werden.
Wer über keine eigene Kamera verfügt, gibt dies bitte bei der Anmeldung an. Dann kann ein Apparat gestellt werden.

Dozent wird noch bekannt gegeben.
Montag, 20. August, 10.00 - 12.15 Uhr
(3 UStd.)
Treffpunkt: Brücke am Schloss
Gebühr: 6,00 €

CE2013

Sommer-VHS: Brüder Grimm, Die zwei Brüder

Lesung

Dieses Märchen aus dem 1. Band der „Kinder- und Hausmärchen" enthält alle Elemente Grimmscher Märchen, ist aber wohl wegen seines größeren Umfangs weniger populär als Rotkäppchen, Schneewittchen und Co.
Ein Sommernachmittag bietet eine Lesung dieses Märchens für Jung und Alt. Die Kleinen können sich auf Sitzsäcken lümmeln, Größere und Erwachsene machen es sich auf Stühlen bequem.

Dozent wird noch bekannt gegeben.
Dienstag, 28. August, 15.00 - 17.00 Uhr
(3 UStd.)
VHS, Trift 20, Saal
Gebühr: 2,00 €

CE2014

Akkordeon-Schnupperkurs

für Kinder und Jugendliche

Coole Rhythmen, tolle Sounds - der Anfang im Akkordeonspielen. Ein Kurs, bei dem ihr sogar nebenbei Noten lernt und gemeinsam in einer Combo spielt.

Zum Kurs ist mitzubringen: Schreibzeug, Notenständer, Akkordeon (wenn vorhanden, bitte bei Anmeldung angeben).

Verena Mehls, Dirigentin, musikalische Ausbilderin
mittwochs, ab 1. Februar,
17.30 - 18.15 Uhr, 8 Nachmittage (8 UStd.)
Realschule Westercelle, Schulstr. 4, Aula
Gebühr: 16,00 €



Projekt „Kulturelle KLICKS": „Literaturkreis"
Foto: Andreas Schurian

Wettbewerb „Mein schönstes Märchen der Brüder Grimm"

Im Dezember 1812 erschien der 1. Band der „Kinder – und Hausmärchen" von Jacob und Wilhelm Grimm. Die Kunstwerkstatt in der VHS ruft zum 200. Jubiläum einen kleinen Wettbewerb für Kinder, Jugendliche und Erwachsene aus:
Schreibt/Schreiben Sie über Euer/Ihr liebstes Grimm-Märchen, garniert mit Bildern, Fotos, Collagen und allem, was Euch/Ihnen einfällt.
Einsendeschluss ist der 29. Juni. Eine Jury der Kunstwerkstatt und VHS wird die eingehenden Arbeiten bewerten. Die Preisverleihung findet nach den Sommerferien statt.

Literatur / Theater

CE2101
Prosaschmiede

Schreiben Sie? Und trauen sich nicht, damit an die Öffentlichkeit zu gehen, weil Sie sich nicht blamieren möchten? Oder spüren Sie, dass irgendwas an Ihren Texten noch nicht stimmt, wissen aber nicht, was? Dann sind Sie bei uns richtig, denn in der Prosaschmiede kümmern wir uns um das Handwerk des Schreibens.
Inzwischen habe etliche Teilnehmende in Anthologien veröffentlicht und sogar ihr eigenes Buch bei einem Verlag untergebracht.
Der Kurs findet 14-tägig - auch in den Ferien - statt.
Cathrin Block ist Ansprechpartnerin und Koordinatorin der Prosaschmiede.
Wenn Sie mehr wissen möchten: www.prosaschmiede.de

Cathrin Block, Autorin und Pädagogin
donnerstags, ab 2. Februar,
20.00 - 22.00 Uhr, 13 Abende (34,7 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 13,00 €

CE2102
Schreibwerkstatt in der VHS

„Schreiben ist leicht. Man muss nur die falschen Wörter weglassen" (Mark Twain). Darin übt sich die Schreibwerkstatt seit 1988. Wir treffen uns vierzehntäglich zum Besprechen unserer Texte (Lyrik und Prosa) und stellen sie der Gruppe zur kritischen Betrachtung vor, um das geschriebene „Wort an Wort" noch zu verbessern. Das Resultat kann sich sehen lassen: Mehrere Preise in verschiedenen Schreibwettbewerben, Veröffentlichungen in zahlreichen Anthologien sowie die Herausgabe von diversen Heften und Büchern, außerdem öffentliche Lesungen in und um Celle und illustrierte Text-Ausstellungen.
Möchten Sie auch Ihre Werke einbringen, Ihre Texte lektorieren lernen, mit uns üben und arbeiten? Dann sind Sie herzlich willkommen! (Infos unter Telefon 05141 / 92 98 24)
Weitere Treffen jeweils in geraden Wochen am Donnerstag.

Dozent wird noch bekannt gegeben.
donnerstags, ab 9. Februar,
19.30 - 21.00 Uhr, 12 Abende (24 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 13,00 €

CE2103
Literaturkreis
Alice Munro, Zu viel Glück

Die kanadische Schriftstellerin Alice Nunro, geb. 1931, gilt schon seit langem als eine der wichtigsten zeitgenössischen Autoren Kanadas und wurde, wie auch Philip Roth in den USA, bereits mehrfach als Kandidatin für den Literaturnobelpreis genannt. In einer FAZ-Rezension dieses Jahres heißt es: „"Zu viel Glück" ist von einer derart unnachgiebigen existenziellen Spannung und Komplexität, dass mehr als eine der zehn Erzählungen pro Tag zu lesen sich kaum verkraften lässt."

Bitte mitbringen: Alice Munro, „Zu viel Glück", 10 Erzählungen, Fischer 2011

Maria Colshorn, Realschullehrerin
dienstags, ab 7. Februar, 10.30 - 12.00 Uhr, 7 Vormittage (14 UStd.)
VHS, Trift 20, Saal
Gebühr: 38,50 €

CE2104
Wie lerne ich gekonnt vorlesen?

Wie mit Atmung, Artikulation und Sprechtechnik die Lesung zum gehörten Erlebnis werden kann. Sie werden erstaunt sein, was Sie mit dem interessantesten und empfindlichsten Instrument - unserer Stimme - alles erreichen können. Laut, leise, hell, dunkel, kräftig, lustig, dramatisch - alle erdenklichen Gefühle können durch die Stimme widergegeben werden.

Rosemarie Schilling, Schauspielerin
Samstag, 3. März, 14.00 - 18.00 Uhr (5,3 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 1
Gebühr: 14,60 €

CE2105
Darstellendes Spiel
Theatergruppe VHS

Auch im 33. Jahr des Bestehens der Theatergruppe werden interessierte Laien an grundlegende Situationen des darstellenden Spiels (Umsetzung der Sprache in Sprechen, Ausdruck durch Bewegung u.a.) herangeführt. Einzige Teilnahmevoraussetzung ist die Bereitschaft zu aktiver und regelmäßiger Mitarbeit.
Ein neues Projekt ist beschlossen worden: ein günstiger Einstieg in regelmäßige Theaterarbeit.
Vorherige Absprache mit dem Programmbereichsleiter (Tel. 0 51 41 / 92 98 24) ist Vorbedingung.

Karlheinz Rehling
dienstags, ab 7. Februar,
19.30 - 21.45 Uhr, 19 Abende (57 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 15,00 €

CE2106
1. Celler Stadtführung in Szenen
Projekt der Theatergruppe VHS Celle

Eine Stadtführung einmal anders!
In Häusernischen, vor Portalen, auf Treppen und in Parks der Residenzstadt begegnen Sie Persönlichkeiten und Ereignissen der Celler Geschichte.
Von Straßenecke zu Straßenecke eilen Sie durch die Jahrhunderte - vorwärts und rückwärts.
Königin Caroline Mathilde von Dänemark empfängt Sie, die „Prinzessin von Ahlden" und Eleonore d'Olbreuse erwarten Sie am Schloss, Albrecht Thaer eilt vorbei und Sie treffen auf den Architekten Otto Haesler. Und selbst Till Eulenspiegel „beehrt" die Celler Lande.

Samstag, 12. Mai,
15.00 - 16.30 Uhr (2 UStd.)
Treffpunkt: Brücke am Schlossplatz
Gebühr: 10,00 €
Karten sind in der Geschäftsstelle der VHS erhältlich

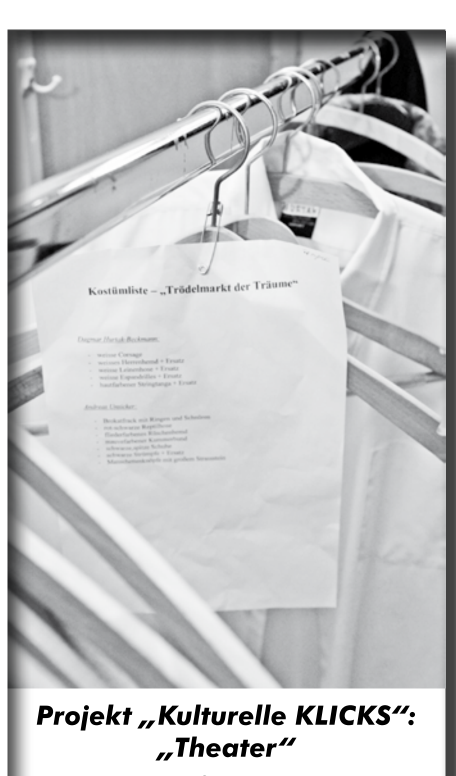
CE2107
Caroline Mathilde in Celle
Stadtführung in Szenen
der Theatergruppe VHS Celle

Begleitet von Georg Ludwig Lichtenberg, Begründer des deutschsprachigen Aphorismus, erleben die Besucher dieser spezifischen Führung einige Episoden aus dem Leben der Königin Caroline Mathilde von Dänemark in ihrem Celler Exil (1772 - 1775).

Samstag, 30. Juni, 15.00 - 16.30 Uhr (2 UStd.)
Treffpunkt: Brücke am Schlossplatz
Gebühr: 8,00 €
Karten sind in der Geschäftsstelle der VHS erhältlich

CE2108
Eleonoren-Picknick

Seit April 2010 gehört Celle mit seiner letzten Herzogin Eleonore d'Olbreuse zu den frauenORTEN Niedersachsens.
Das 2. Eleonoren-Picknick im August 2011 musste wetterbedingt verlegt werden und fand Unterschlupf im Wohnland, Marktpassage. Es wird jetzt von der Theatergruppe der Volkshochschule Celle unter Leitung von Karlheinz Rehling erneut im Französischen Garten präsentiert am Sonntag 15. Juli, 17.00 Uhr.



Projekt „Kulturelle KLICKS": „Theater"
Foto: Ralf Schumacher

Die Besucher erwartet ein Programm um Eleonore d'Olbreuse mit Szenen, Texten und Musik aus der Barockzeit (u.a. ein fiktives Gespräch der Schwägerinnen Eleonore und Sophie von der Pfalz sowie erneut in „Interview mit Celles letzter Herzogin).
Bringen Sie gern Picknickdecke und -korb mit. Getränke stehen bereit.

Sonntag, 15. Juli, 17.00 - 19.30 Uhr (3,3 UStd.)
Celle, Französischer Garten
Gebühr: 8,00 € (inklusive Getränk)
Karten sind im Vorverkauf erhältlich in der Geschäftsstelle der VHS, Trift 20

Kunst - Geschichte

CE2201

Bilderwelten - Weltbilder:

Ägyptisches Leben in den Wanddarstellungen privater Gräber der späten Pyramidenzeit
Seminarkurs in Zusammenarbeit mit der Universität Hannover

Gleichsam im Schatten der Pyramiden, im Großraum Memphis haben sich bekanntlich die Staatsbeamten der königlichen Verwaltung ihre Gräber anlegen lassen. Tief in der mittelägyptischen Provinz entfaltet sich eine eigene archäologische Welt. Es handelt sich um private Grabanlagen hoher Provinzbeamter, die sich als Felsgräber zu gewaltigen Nekropolen verdichtet haben. Sie sind ausgestattet mit feinsten Reliefs, die einen Eindruck vermitteln, wie das „tägliche Leben" ausgesehen haben könnte. Diese Bilderzyklen dienten der ewigen Versorgung des Verstorbenen im Jenseits, besonders aber sind sie Selbstdarstellung und Selbstinszenierung mit dem Zweck der Verankerung des Grabbesitzers im „kollektiven Gedächtnis" der Nachwelt.

Montags, ab 15.04., 18:00-21:15 Uhr, 10 Abende
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 3
Gebühr: 140,10 €

CE2202

Troja - Homer - Schliemann

Seminarkurs in Zusammenarbeit mit der Universität Hannover

Im 14. Jahrhundert v. Chr. hat an der heutigen türkischen Westküste die Eroberung einer Burg durch Griechen stattgefunden, die unter dem Begriff „Trojanischer Krieg" in die Geschichte einging. Homer war es ca. 500 Jahre später, der diese Ereignisse zu seinem grandiosen Werk „Ilias" verwob, Ursache für vielerlei Missdeutungen.
Inhalt des Seminars: Schliemanns Werdegang und das Zustandekommen von erster Ausgrabungstätigkeit ab 1870; detaillierte Darstellung von Architektur und Funden anhand von Karten, Plänen; Zusammenschau der Festung im Rahmen einer archäologischen Landschaft. Abgerundet wird das Seminar mit einer Einführung in das Werk Homers (Ilias und Odyssee), wonach anhand ausgewählter Textstellen die dort gegebenen topographischen Beschreibungen mit dem archäologischen Befund parallelisiert werden, sowie einer kurzen Erörterung der Fragen, inwieweit es überhaupt noch begründete Chancen gibt, den sog. Schatz des Priamos wieder in Berlin zu sehen.

Dr. Albrecht Endruweit, Ägyptologe
Freitag, 11. Mai, 16.00 - 20.00 Uhr,
Samstag, 12. Mai, 9.00 - 18.00 Uhr
(16 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 3
Gebühr: 56,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE2203

Pergamon und Ephesus

Griechische Kultur an der türkischen Westküste
Seminarkurs in Zusammenarbeit mit der Universität Hannover

Außerhalb des Kerngebietes der griechischen Antike hat sich seit dem 7. Jahrhundert v. Chr. in Ionien, an der heutigen türkischen Westküste, ein zweites kulturelles Zentrum etabliert. Mächtige Handelsmetropolen entstanden, die die Warenströme zwischen Europa und dem Vorderen Orient lenkten und kontrollierten. Die auf diesem Weg nach Westen gelangten Reichtümer wurden für den Ausbau der Infrastruktur (Brücken, Straßen, Hafenanlagen, Kanalisation) verwendet. Das Ergebnis sind die sog. „hellenistischen Gesamtanlagen": an bekanntesten sind Pergamon (Zeusaltar) und Ephesus (Artemistempel). Die Pracht und der Luxus sowie die Art und Weise wie Bibliotheken, Theater, Thermen, Tempelkomplexe, Marktplätze u.v.a. in ausgedehnte Wohnviertel eingebettet wurden, hat diese architektonischen Schöpfungen zum Inbegriff und zum Leitbild griechischer Städtekultur werden lassen.
Im Schlussabschnitt wird auch eine Episode aus dem Leben des Apostel Paulus thematisiert, die sich, recht dramatisch, in Ephesus abgespielt hat.

Dr. Albrecht Endruweit, Ägyptologe
Freitag, 13. Juli, 16.00 - 20.00 Uhr,
Samstag, 14. Juli, 9.00 - 18.00 Uhr
(16 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 3
Gebühr: 56,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE2204

Indiziensuche: Religion und Kult in der Ur- und Frühgeschichte



Wochenendseminar

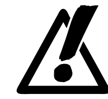
„Was der Archäologe nicht kennt, er kultisch nennt", so trifft der Spott die Archäologen. Aber wie können wir die Grabanlagen der Steinzeit deuten oder durcheinander liegenden Knochenfunde in einer Höhle? Was bedeuten die Schälchensteine oder die Funde aus den Mooren? Welche Bedeutung hatten die so genannten Erdwerke der Steinzeit oder die Himmelsscheibe von Nebra? Diese und ähnliche Fragen werden in dem Seminar anhand von Funden und Fundumständen diskutiert. Aussagen zu Religion und Kult in der Ur- und Frühgeschichte sind Ergebnisse einer Indiziensuche, denn andere Quellen als die archäologischen Funde und Befunde gibt es kaum. Nur die schriftlichen Quellen der Antike und des Mittelalters sowie völker- oder volkskundliche Beschreibungen bieten Anhaltspunkte und erleichtern manchmal eine Deutung ungeklärter Funde und Befunde.

Dr. Beate Veil, Archäologin
Samstag, 3. März, 10.15 - 15.15 Uhr
(6 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 16,50 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE2205

William Turner - Maler des Lichtes



Dieser PowerPoint-Vortrag umreißt Leben und Werk des großen englischen Malers.

Rita Saager, M.A.
Montag, 20. Februar, 19.00 - 21.15 Uhr
(3 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 7,00 €

CE2206

Die schönsten Kathedralen von St. Petersburg



Heute gibt es in St. Petersburg über 200 verschiedene Kirchen und Kathedralen. Dieser Abend ist den drei bedeutendsten Bauten gewidmet: den Smolny-, Kasaner- und Isaak-Kathedralen. Sie erfahren Entstehungsgeschichte, architektonische Besonderheiten dieser Kirchen, und wie sie mit der Geschichte der Stadt und ganz Russlands verbunden sind.

Evgenia Panteleeva-Stammen
Mittwoch, 18. April, 18.30 - 20.45 Uhr
(3 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 7,00 €

CE2207

Zarskoje Selo / Stadt Puschkin



Zarskoje Selo ist eine der schönsten Sommerresidenzen der russischen Zaren. Wir unternehmen einen virtuellen Spaziergang durch die Parkanlage, besichtigen den Katharinenpalast und andere Schlösser, erfahren die Geschichte des berühmten Bernsteinzimmers und lernen die russischen Restauratoren kennen, die das Bernsteinzimmer neu hergestellt haben.

Evgenia Panteleeva-Stammen
Mittwoch, 9. Mai, 18.30 - 20.45 Uhr
(3 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 7,00 €

Foto / Film / Video

CE2301

Fotografieren mit Digitalkameras

Kompakt-, Bridge-, Spiegelreflexkameras

Dieser Abend wendet sich an Teilnehmende, die sich eine Digitalkamera zulegen wollen oder bereits besitzen.

Kursinhalte:

- Pixel
- Bildauflösung
- Lichtempfindlichkeit ISO, ASA Norm
- Bildrauschen
- Suchersysteme: Live View, Spiegelreflexsucher
- Weißabgleich
- Auslöseverzögerung
- Antiwackelsysteme
- Speicherkarten
- Speicherformate: JPG, RAW, TIFF
- Batterien, Akkus

Wolfgang Richter
Mittwoch, 1. Februar, 18.30 - 20.45 Uhr
(3 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 7,50 €

CE2302

Praktisches Fotografieren mit der Digitalkamera

In diesem Kurs soll die praktische Arbeit mit der Digitalkamera trainiert werden nach dem Motto „Weg vom Knipsen". Die Gestaltung eines Fotos steht im Vordergrund auch im Hinblick auf spätere eventuelle Bearbeitungen mit dem PC.

Kursinhalte:
- Goldener Schnitt
- Diagonale
- Vorder-/Hintergrund-Beziehung
- Tiefenschärfe
- Seitenlicht, Gegenlicht
- Aufhellen mit dem Blitz
- Anwendung verschiedener Motivprogramme
- Optisches und digitales Zoom

Wolfgang Richter
Mittwoch, 8. Februar,
18.30 - 20.45 Uhr,
Samstag, 11. Februar,
10.00 - 12.30 Uhr
Treffpunkt Schlossplatz
Mittwoch, 15. Februar,
18.30 - 20.30 Uhr (9 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum B
Gebühr: 27,00 €

CE2303

Digitale Bildorganisation
mit Picasa

Sie haben sich einen digitalen Fotoapparat gekauft, doch wenn der „Film" voll ist, tun sich die nächsten Fragen auf: Wohin mit den Bildern? Und wie komme ich günstig zu Papierabzügen? In diesem Kurs soll besprochen werden, wie Bilder dauerhaft gespeichert und präsentiert werden.
Kursinhalte sind u.a.:
- Verbindung der Digitalkamera mit dem PC über USB
- Speichermedien in der Kamera und Übertragung auf den PC
- Organisation der Bilder auf dem PC
- Bildformat für Abzüge auf Papier bzw. für Präsentationen auf dem PC-Monitor oder Fernseher
- Dateiformate (RAW, JPG, TIF)
- Brennen der Bilder auf CD/DVD

Grundlegende Kenntnisse in Windows werden vorausgesetzt.

Kersten Franz, staatl. gepr. Techniker für Elektrotechnik
mittwochs, ab 22. Februar,
18.30 - 21.40 Uhr, 3 Abende (12 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum B
Gebühr: 36,00 €

CE2304

Bildgestaltung am PC
mit Photoshop Elements

1. Teil
Kursinhalte sind u.a.:
- Helligkeit und Kontrast
- Tonwertkorrektur
- Farbsättigung
- Rote Augen entfernen
- Ausschnitte
- Bild gerade stellen
- Stürzende Linien entfernen
- Umwandeln eines Fotos in eine Strichzeichnung
- Fotocollage

Bitte bringen Sie einen Speicherstift oder eine Speicherkarte mit mindestens 2 GB mit.

Windows-Grundkenntnisse werden vorausgesetzt

Wolfgang Richter
mittwochs, ab 14. März,
18.30 - 21.40 Uhr, 2 Abende (8 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum B
Gebühr: 24,00 €

CE2305

Bildgestaltung am PC

2. Teil
Kursinhalte sind u.a.:
- Freistellen von Objekten
- Transparenter Hintergrund
- Tiefenschärfe erweitern im Nahbereich mit Photoshop Elements
- Einfügen in andere Bilder
- Grußkarten erstellen

Bitte bringen Sie einen Speicherstift oder eine Speicherkarte mit mindestens 2 GB mit.

Windows-Grundkenntnisse werden vorausgesetzt

Wolfgang Richter
mittwochs, ab 18. April,
18.30 - 21.40 Uhr, 2 Abende (8 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum B
Gebühr: 24,00 €

CE2306

Digitale Bildbearbeitung mit GIMP
Open Source-Programm populär und kostenlos

GIMP gehört zu den beliebtesten Open-Source-Programm und ist unter Windows die kostenlose und leistungsfähige Alternative zu anderen professionellen Bildbearbeitungsprogrammen.
Im Kurs wird kurz die Installation von Gimp unter Windows besprochen, GIMP und die Benutzeroberfläche erläutert.
Praxisbeispiele zu Themen wie Ebenentechnik, Masken, Textwerkzeug oder Zuschnitt vertiefen Ihr Know-how. Gleichzeitig vermittelt der Dozent Hintergrundwissen, erklärt Fachbegriffe, die wichtigsten Dateiformate, sowie verlustbehaftete und verlustfreie Komprimierung. Die letzten Schritte führen zu komplexen Themen, wie Porträtretusche, Webdesign und Webgrafik.

Gregor Hensel
Samstag, 16. Juni, 9.00 - 16.00 Uhr
Sonntag, 17. Juni, 9.00 - 13.00 Uhr
(12 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum B
Gebühr: 36,00 €

CE2307

Kleine Dinge – groß gesehen
digitale Nah- und Makrofotografie

Mit der Nah- und Makrofotografie werden Dinge entdeckt, die mit bloßem Auge oft übersehen werden. Auch mit digitalen Kompaktkameras kann der Fotograf sich den Motiven bis auf wenige Zentimeter nähern. Nicht zu übertreffen ist der Einsatz einer digitalen Spiegelreflexkamera.
1. Termin
Technische Besonderheiten im Nahbereich:
- Sucherparallaxe
- Blitz: Leitzahl
- Manuelle Einstellung von Verschlusszeit und Blende
- Tiefenschärfe im Nahbereich
- Entfernungsmessung
- JPEG-Dateien
- RAW-Dateien
- Zubehör: Vorsatzlinsen, Makro-Objektive

2. Termin
Praxis bei Wichmann Orchideen, Groß Hehlen
3. Termin
Erste Bearbeitung der Bilder

Wolfgang Richter
Donnerstag, 23. Februar,
18.30 - 20.45 Uhr,
Samstag, 25. Februar, 10.00 - 13.00 Uhr,
Wichmann-Orchideen-Zentrum
Donnerstag, 1. März, 18.30 - 20.45 Uhr,
(10 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 30,00 €

CE2308

Peoplefotografie Outdoor und OnLocation

Inhalt des Workshops ist die anspruchsvolle Menschenfotografie Outdoor und OnLocation. Hierbei steht das Erkennen und Beherrschen schwieriger Lichtsituationen, wie Mittagssonne oder schwache Beleuchtung, das Arbeiten mit Aufhellern und Abschattern sowie das Erhalten von Lichtstimmungen durch Verzicht und Blitzlicht im Vordergrund. Das optimale Ausnutzen des verfügbaren Lichts und der örtlichen Begebenheiten sowie das Überlisten der Kameraautomatik sollen im praktischen Umgang mit der Kamera geübt werden.
Je nach Wetterlage findet der Workshop OnLocation (Werkstatt) oder Outdoor (Wald und Wiese) statt.

Mitzubringen ist eine (digitale) Spiegelreflexkamera mit Blitzanschluss (Adapter für den Mittenkontakt von Minolta ist vorhanden), Wechselobjektive und Speicher. Empfohlen wird ein Objektiv mit möglichst hoher Lichtstärke und einem Brennweitenbereich zwischen 30 mm und 100 mm.

Ein Modell wird gestellt, die Modellkosten sind in der Kursgebühr enthalten. Ein Stativ wird empfohlen.

Steven Kauffeld
Gemeinsame Theorie:
14. März, 18.00 - 21.00 Uhr
Praxis Gruppe 1:
17. März, 14.00 - 18.30 Uhr
Praxis Gruppe 2:
18. März, 11.00 - 15.30 Uhr (16 UStd.)
Celle, Fotostudio Celle, Industriestr. 10
Gebühr: 68,00 € (inklusive Material-/Modellkosten)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE2309

Einführung in die Studiofotografie

Der Kurs richtet sich an FotografInnen, die ihre ersten Gehversuche in der Studiofotografie unternehmen wollen. Er vermittelt das Basiswissen im Umgang und Einstellung von Blitzanlage und Kamera, Einmessen von Lichtsetups, der Eigenschaft von Licht und Lichtformen.
In praktischer Übung werden verschiedene Lichtsetups von einfachen 1-Licht-Setup über Lowkey/Highkey-Setups bis zum komplexen Aufbau mit mehreren Blitzgeräten aufgebaut,

in denen wir verschiedene Lichtsituationen im Bereich Portrait bis Dessous darstellen wollen. Der Kurs beinhaltet einen gemeinsamen Theorietag. Zur Praxis werden die Teilnehmenden auf den Samstag oder Sonntag verteilt.

Mitzubringen sind eine (digitale) Spiegelreflexkamera mit Blitzanschluss (Adapter für den Mittenkontakt von Minolta ist vorhanden), Wechselobjekte und Speicher. Empfohlen wird ein Objekt mit einem Brennweitenbereich zwischen 30 mm und 100 mm. Ein Modell wird gestellt; die Modellkosten sind in der Kursgebühr enthalten. Ein Stativ ist nicht notwendig.

Die Teilnehmer/-innen sollten sichere Grundkenntnisse in der Bedienung ihrer Kamera besitzen.

Carsten Schmidt
Gemeinsame Theorie:
18. April, 18.00 - 21.00 Uhr
Praxis Gruppe 1:
21. April, 14.00 - 18.30 Uhr
Praxis Gruppe 2:
22. April, 11.00 - 15.30 Uhr (16 UStd.)
Celle, Fotostudio Celle, Industriestr. 10
Gebühr: 68,00 € (inklusive Material-/Modellkosten)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE2310
Video-Filmgestaltung am PC
mit MAGIX
Video deluxe und Video Pro X
Wochenendseminar



Das Ziel ist es, gemeinsam ein paar Regeln zu erarbeiten, die einen Film sehenswert machen.

Themen:
- Bildgestaltung, Handlungsaufbau, Drehplan, Titelgestaltung
- Nachvertonung: Mischen von Musik, Sprache und O-Ton
- Nachbearbeitung mit PC
- Speichern auf DVD

Gerhard Kuhn
Freitag, 9. März, 18.30 - 21.30 Uhr
Samstag, 10. März, 9.30 - 15.30 Uhr (12 UStd.)
Wathlingen, RS Wathlingen, Kantallee, Raum 13
Gebühr: 33,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

Malerei / Zeichnen

Für die folgenden Kurse ist die Teilnehmerzahl begrenzt. Eine schriftliche Anmeldung ist für alle Kurse im Bereich Kreatives Gestalten erforderlich. Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt und schriftlich bestätigt.

CE2401
Freies Zeichnen

Zeichnen lernen bedeutet sehen lernen und in diesem Kurs werden wir beides tun. Durch verschiedene Übungen wird eine ganze Palette von Ideen und Techniken ausprobiert. Es geht nicht darum, gute Bilder zu machen, sondern darum, ein Verständnis für Form, Licht, Struktur, Linien zu entwickeln und Mut zu fassen.

Es wird viel praktische Hilfe und konstruktive Kritik gegeben, aber auch viel Freiheit, seinen eigenen Stil zu entdecken: groß und locker oder klein und detailliert.

Bitte mitbringen: Skizzenblock möglichst groß, weiche Bleistifte oder Zeichenkohle.

Michael Foley
mittwochs, ab 1. Februar,
19.00 - 21.15 Uhr, 8 Abende (24 UStd.)
VHS, Trift 20, Kreativraum
Gebühr: 66,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE2402
Ölmalen

Mit viel Elan, Freude und behutsamer Hilfe werden Neueinsteiger/-innen ihr erstes Ölbild malen. Es ist ein Leichtes, die Grundlagen der Ölmalerei zu erobern.
Fortgeschrittene können durch das breite Spektrum dieser Technik ihren individuellen malerischen Ausdruck finden.
Beispiele von Malervorbildern begleiten unseren Weg.
Es kann auch mit wasservermalbaren Ölfarben gearbeitet werden.

In der ersten Stunde werden die Materialien besprochen.

Bitte mitbringen: DIN-A4-Skizzenblock, Bleistift (6 B), Schulmalkasten sowie vorhandene Ölmalmaterialien.

Kristina Bork-Frieling,
Dipl. Grafik-Designerin, Künstlerin, Layouterin
montags, ab 13. Februar,
18.45 - 21.00 Uhr, 8 Abende (24 UStd.)
VHS, Trift 20, Kreativraum
Gebühr: 66,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE2403
„Mein Celler Skizzenbuch"
Wochenendseminar



Mit Zeichenstift und Skizzenbuch wollen wir die Celler Innenstadt am Samstagvormittag erkunden. Häuser, Marktszenen, Passanten und Situationen sollen mit schnellen Strichen festgehalten werden. Auch Anfänger/-innen werden nach einer theoretischen und praktischen Einführung am Abend zuvor das schnelle Skizzieren erlernen.
Am Samstagnachmittag werden unsere fixierten Beobachtungen ausgearbeitet und verbessert. So kann mit viel Spaß und Mut ein persönliches Skizzenhandbuch entstehen.

Bitte mitbringen: Skizzenbuch DIN A 4, weichen Bleistift, Graphitstift, Farbstifte, Filzstift schwarz, dünn und dick

Kristina Bork-Frieling, Dipl. Grafik-Designerin, Künstlerin, Layouterin
Freitag, 20. April, 18.45 - 21.00 Uhr
Samstag, 21. April, 10.00 - 16.00 Uhr (10 UStd.)
VHS, Trift 20, Kreativraum
Gebühr: 27,50 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE2404
Mit Stift und Pinsel
Zeichnen und Malen

Der Kurs richtet sich an alle, die Spaß am Zeichnen, Malen und kreativen Experimentieren haben. Zwischen Skizze, zeichnerischer und malerischer Bildbearbeitung gibt es eine Fülle gestalterischer Möglichkeiten. Ziel ist es, den vielseitigen Umgang mit Stift und Pinsel zu erlernen, die künstlerische Darstellung zu erweitern und zu vertiefen. Jeder Semesterkurs hat einen anderen Schwerpunkt, der sich mit besonderen Techniken oder bestimmten Motiven auseinander setzt.
Es wird mit Bleistift, Kohle, Tusche, Pastellkreide, Gouache/Tempera- und Acrylfarben gearbeitet.

Mitzubringen sind: ein Skizzenblock A 3 in matt oder rau und Bleistifte oder Kohle. Neueinsteigern steht das benötigte Material gegen einen Kostenbeitrag zur Verfügung.

Monika Dittrich
montags, ab 13. Februar,
16.30 - 18.45 Uhr, 8 Nachmittage (24 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 66,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE2405
Aquarellmalerei
am Vormittag für Fortgeschrittene

Die Schönheit der fließenden Farben und die Freude an der eigenständigen, individuellen Bildgestaltung stehen im Mittelpunkt dieses Kurses. Die Arbeit am Motiv wird ergänzt durch zeichnerisch-kompositorische Studien, Technikübungen – auch in Mischtechniken – sowie gestalterische Varianten und Experimente.

Vorhandenes Aquarell- und Skizzenmaterial bitte mitbringen; genaue Materialinformation erhalten Sie bei Kursbeginn.

Monika Dittrich
dienstags, ab 14. Februar,
9.00 - 11.15 Uhr, 10 Vormittage (30 UStd.)
VHS, Trift 20, Kreativraum
Gebühr: 82,50 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE2406
Aquarellmalerei
für Fortgeschrittene

Kursinhalt s. o.

Vorhandenes Aquarell- und Skizzenmaterial bitte mitbringen; genaue Materialinformation erhalten Sie bei Kursbeginn.

Monika Dittrich
dienstags, ab 14. Februar,
18.45 - 21.00 Uhr, 10 Abende (30 UStd.)
VHS, Trift 20, Kreativraum
Gebühr: 82,50 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE2407
Aquarellmalerei
für erfahrene Aquarellmaler/-innen am Vormittag

Geplant ist die Arbeit an ungewohnten Bildmotiven, auf größeren Blattformen, neuen technischen Kombinationen und Schritten in die Abstraktion.

Materialbesprechung am ersten Kurstag

Monika Dittrich
mittwochs, ab 15. Februar,
9.00 - 11.15 Uhr, 10 Vormittage (30 UStd.)
VHS, Trift 20, Kreativraum
Gebühr: 82,50 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE2408
Eitemperamalerei
Wochenendkurs

Dieser Kurs beschäftigt sich mit einem sehr alten Farbsystem, das zunehmend begeisterte Anhänger unter Malern und Kursteilnehmern findet. Von seinen Eigenschaften ist es zwischen Acryl- und Ölmalerei einzustufen. Die Farben trocknen langsamer als Acryl- und schneller als Ölfarben und sind lösungsmittelfrei. Die Farben werden aus Pigmenten und Eiemulsion angesetzt. Wir malen spontan als Primamalerei oder in Schichten und mit besonderen Ausreibetechniken.

Bitte mitbringen: Evtl. vorhandene Pigmente, Wassersprühflasche, Glasplatte zum Mischen, mittelgroßes Schraubdeckelglas, 2 leere Eierkartons.

Weiteres Malmaterial, insbesondere Pigmente und Bindemittel, ist gegen einen kleinen Kostenbeitrag bei der Dozentin erhältlich.

Monika Dittrich
Freitag, 8. Juni, 17.00 - 21.00 Uhr
Samstag, 9. Juni, 9.00 - 17.00 Uhr
Sonntag, 10. Juni, 9.00 - 17.00 Uhr
(24 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 66,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE2409
Sommer-VHS: Werkstatt Malerei
Acryl und Eitempera



Freie Werkstattarbeit: Nach einer kurzen gemeinsamen Einstiegsarbeit kann jeder seine Techniken und Motive frei wählen und unter fachkundiger Anleitung verwirklichen.
Sonderthema ist diesmal das Maten auf ungewohnten Untergründen: Stoffbahnen, Holz, Plexiglas und auf Gegenständen wie z.B. Lampenschirme oder Kästen.
Je nach Kenntnisstand werden Techniken erläutert und Motivvorschläge gemacht. Mit Pigmenten und Bindemitteln können die Farben auch selbst angesetzt werden.

Bitte mitbringen: Vorhandenes Malmaterial und Zubehör, Glasplatte zum Mischen, Abdeckplane, Malkittel, für Eitempera ein mittelgroßes Schraubdeckelglas, evtl. Staffelei, falls gewünscht auch besondere Malgründe siehe oben.

Weiters Material, insbesondere Pigmente und Bindemittel ist gegen einen kleinen Kostenbeitrag bei der Dozentin erhältlich.

Monika Dittrich
dienstags - donnerstags,
14. August - 16. August, 9.00 - 17.00 Uhr,
3 Tage (24 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 66,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE2410
Sommer-VHS: Werkstatt Malerei
Acryl und Eitempera
Wochenendkurs



Kursinhalt s. o.

Bitte mitbringen: Vorhandenes Malmaterial und Zubehör, Glasplatte zum Mischen, Abdeckplane, Malkittel, für Eitempera ein mittelgroßes Schraubdeckelglas, evtl. Staffelei, falls gewünscht auch besondere Malgründe siehe oben.

Weiters Material, insbesondere Pigmente und Bindemittel ist gegen einen kleinen Kostenbeitrag bei der Dozentin erhältlich.

Monika Dittrich
Freitag, 24. August, 17.00 - 21.00 Uhr
Samstag, 25. August, 9.00 - 17.00 Uhr
Sonntag, 26. August, 9.00 - 17.00 Uhr
(24 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 66,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE2411
Sommer-VHS: Werkstatt Malerei
Acryl und Eitempera



Kursinhalt s. o.

Bitte mitbringen: Vorhandenes Malmaterial und Zubehör, Glasplatte zum Mischen, Abdeckplane, Malkittel, für Eitempera ein mittelgroßes Schraubdeckelglas, evtl. Staffelei, falls gewünscht auch besondere Malgründe siehe oben.

Weiters Material, insbesondere Pigmente und Bindemittel ist gegen einen kleinen Kostenbeitrag bei der Dozentin erhältlich.

Monika Dittrich
Montag, 20. August, 9.00 - 17.00 Uhr
Dienstag, 21. August, 9.00 - 17.00 Uhr
Mittwoch, 22. August, 9.00 - 17.00 Uhr
(24 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 66,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE2412
Kalligrafie - Befreiung der Antiqua
Wochenendkurs

Thema ist diesmal die Gleichstrich-Antiqua - geschrieben mit der Redisfeder. Nach einer Einführung in die Formen und Proportionen der Schrift wird frei und spielerisch mit den Buchstabenelementen gestaltet. Es entstehen Schrift-Bilder oder Papierobjekte, die zum Lesen, Anfassen und Durchblättern einladen. Ein Workshop als Einstieg in die Kunst des schönen Schreibens sowie Betätigungsfeld für Experimentierfreudige.

Bitte mitbringen: viel Papier, Karoblock/-heft und Zeichen- oder Skizzenblockblock DIN A3, sowie einige Bögen Bütten-, Aquarell- und Tonpapier, Redisfedern mit Halter (auch im Kurs erhältlich), farbige Tinten, Bleistift, Lineal, Radiergummi, Schere, Klebestift und Küchenrolle.

Federn und Halter sind auch bei der Dozentin erhältlich (ca. 3,00 €).

Sabine Pfeiffer, Dipl. Grafik-Designerin
Samstag, 17. März, 10.00 - 16.00 Uhr
Sonntag, 18. März, 10.00 - 15.00 Uhr
(14 UStd.)
VHS, Trift 20, Kreativraum
Gebühr: 41,50 € (inklusive Material)

Kunsthandwerkliches Arbeiten

CE2501
Workshop Speckstein im Freien
Wochenendkurs



Steatit, auch Speckstein genannt, ist der älteste von Bildhauern verwendete Stein neben Alabaster. Durch Bearbeiten des weichen Steins können wir figürliche, abstrakte oder Gebrauchsformen entstehen lassen. Nach der Hochglanzpolitur kommt der reizvolle Farbenreichtum der Steine besonders schön zur Geltung.
Ein wunderschöner Garten wird Anregungen für unsere Plastiken bieten. Der Stein ist für Anfänger sehr geeignet. Fortgeschrittene können sich auch an größere Werke wagen. Am Freitag findet eine theoretische Einführung, Steinauswahl, zum Workshopablauf und Vorbesprechung statt. Bei regnerischem Wetter findet der Workshop in den Räumen der VHS statt.

Bitte mitbringen: altes Handtuch, soweit vorhanden, Feilen, Raspeln, Messer, evtl. Holzschnitzwerkzeuge, grobes und feines Wasserschleifpapier, kleine Schüssel, Borstenpinsel. Die Steine werden von der Dozentin besorgt.

Kristina Bork-Frieling,
Dipl. Grafik-Designerin, Künstlerin, Layouterin
Freitag, 4. Mai, 18.45 - 20.15 Uhr,
Samstag, 5. Mai und Sonntag, 6. Mai,
jeweils 10.00 - 17.00 Uhr (18,7 UStd.)
VHS, Trift 20, Kreativraum
Gebühr: 51,40 € (+ Materialkosten von 4,00 € – 20,00 € je nach Materialwahl, die mit der Dozentin abzurechnen sind.)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE2601
Gold- und Silberschmieden
Wochenendkurs

Am Anfang des Kurses erlernen Sie die grundlegenden Werktechniken des Goldschmiedens wie sägen, feilen, biegen oder schmieden.
Anschließend entwerfen und schmieden Sie Ihr eigenes Schmuckstück aus Silber, Gold, Messing oder Kupfer eventuell in Kombination mit Perlen, Steinen, Glas oder Keramik. Vielfältige Möglichkeiten der Formgebung und der Oberflächengestaltung machen Ihr Stück zu einem edlen und unverwechselbaren Unikat. Lassen Sie sich von der Natur, von mitgebrachten Stücken oder Bildmaterial inspirieren und entwickeln Sie Ihr Lieblingsstück: z.B. einen Ring, Kettenanhänger, Ohrringe oder Armreifen. Steine, Perlen und andere Materialien können mitgebracht oder im Kurs erworben werden.
Wer in Gold arbeiten möchte, setzt sich zwecks Materialbestellung bitte bis spätestens 14 Tage vor Kursbeginn mit der Dozentin in Verbindung.

Bitte mitbringen: 1 Plastiktüte, unempfindliche Kleidung, Nahsichtbrille (falls sie benötigt wird), Papier, Bleistift.

Stefanie Franke-Fischer, Goldschmiedin, Dipl.-Designerin (FH)
Samstag, 10. März, 10.00 - 17.30 Uhr
Sonntag, 11. März, 10.00 - 16.30 Uhr
(17,3 UStd.)
VHS, Trift 20, Kreativraum
Gebühr: 54,80 €
(+ Materialkosten nach Verbrauch)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE2602
Gold- und Silberschmieden
Wochenendkurs

Kursinhalt s. o.

Wer in Gold arbeiten möchte, setzt sich zwecks Materialbestellung bitte bis spätestens 14 Tage vor Kursbeginn mit der Dozentin in Verbindung.

Bitte mitbringen: 1 Plastiktüte, unempfindliche Kleidung, Nahsichtbrille (falls sie benötigt wird), Papier, Bleistift.

Stefanie Franke-Fischer, Goldschmiedin, Dipl.-Designerin (FH)
Samstag, 14. April, 10.00 - 17.30 Uhr
Sonntag, 15. April, 10.00 - 16.30 Uhr
(17,3 UStd.)
VHS, Trift 20, Kreativraum
Gebühr: 54,80 €
(+ Materialkosten nach Verbrauch)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE2603
Gold- und Silberschmieden
Wochenendkurs

Kursinhalt s. o.

Wer in Gold arbeiten möchte, setzt sich zwecks Materialbestellung bitte bis spätestens 14 Tage vor Kursbeginn mit der Dozentin in Verbindung.

Bitte mitbringen: 1 Plastiktüte, unempfindliche Kleidung, Nahsichtbrille (falls sie benötigt wird), Papier, Bleistift.

Stefanie Franke-Fischer, Goldschmiedin, Dipl.-Designerin (FH)
Samstag, 2. Juni, 10.00 - 17.30 Uhr
Sonntag, 3. Juni, 10.00 - 16.30 Uhr
(17,3 UStd.)
VHS, Trift 20, Kreativraum
Gebühr: 54,80 €
(+ Materialkosten nach Verbrauch)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE2604
Faszination Papier
- Offene Werkstatt am Vormittag -

An 15 Vormittagen haben Sie die Möglichkeit, unter Anleitung - frei nach Ihren Wünschen und Vorstellungen - mit Papier, Pappe und anderen Materialien zu arbeiten:
- Mappen, Schachteln, Fotoalben in vielfältiger Art
- Bücher binden
- Bücher reparieren
- auf Wunsch auch: Buntpapier herstellen (vorherige Absprache erforderlich)

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Sie melden sich bei uns schriftlich an, zahlen eine Bearbeitungsgebühr von 15,00 € und entscheiden selbst, wann und wie oft Sie kommen möchten. Sie können jederzeit einsteigen und wieder aufhören. Die Werkstatt ist zu den angegebenen Daten (erhalten Sie in der Werkstatt) jeweils donnerstags von 9.30 - 12.30 Uhr geöffnet.
Sie rechnen mit dem Dozenten ab:
- Grundmaterial pro Vormittag und Teilnehmer 6,00 €
- Materialkosten je nach Verbrauch

Bitte mitbringen: eine alte Schürze oder einen Kittel, Schere, Schreibzeug, 2 Rundpinsel (Malerpinsel/Baumarkt) der Stärke 6 und 8, einen Flachpinsel (Breite ca. 12 mm), alte Zeitungen und kleine Baumwoll- oder Leinenlappen.

Günter Duden
donnerstags, ab 2. Februar,
9.30 - 12.30 Uhr, 15 Vormittage (60 UStd.)
VHS, Trift 20, Kreativraum
Gebühr: 15,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE2605
Faszination Papier
- Offene Werkstatt am Abend -

Kursinhalt s. o.

Bitte mitbringen: eine alte Schürze oder einen Kittel, Schere, Schreibzeug, 2 Rundpinsel (Malerpinsel/Baumarkt) der Stärke 6 und 8, einen Flachpinsel (Breite ca. 12 mm), alte Zeitungen und kleine Baumwoll- oder Leinenlappen.

Günter Duden
donnerstags, ab 2. Februar,
19.30 - 21.30 Uhr, 15 Abende (40 UStd.)
VHS, Trift 20, Kreativraum
Gebühr: 15,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE2606
Falten - kein Grund, geknickt zu sein



„Diese wunderschönen Finger, so vollkommen. Solche Einzelheiten hätte ich in einer Millionen Jahre nicht entwerfen können.“ (J. Brunowsky)
Wir wissen heute aus der Hirnforschung, dass die Hand gegenüber allen anderen Organen - und auch dem Fuß - einen überdimensionalen Raum in unserem Gehirn einnimmt. Wird die Hand in ihren Bewegungsmöglichkeiten vernachlässigt, hat das Auswirkungen auf die geistigen, seelischen und körperlichen Funktionen des Menschen.
An diesem Wochenende lernen Sie
- die notwendigen Grundfaltungen und entsprechende Objekte, die aus diesen Grundfaltungen entstehen können, kennen (u.a. Fenstersonne und -stern, Kaleidozyklus, Tischkreisel, Wurfring)
- eine Origami-Fachfrau wird uns in einige Origami-Geheimnisse einführen (u.a. Schachtel, raffinierte Briefumschläge)
- eine Fachfrau für die Herstellung von ausgefallenen Geschenkkarten wird uns in ihrer Werkstatt verzaubern
- und wir werden Quaddy, Ondulus und Lillifix begegnen (Buch mit gefalteten Bildern).

Günter Duden
Freitag, 9. März, 19.30 - 21.30 Uhr,
Samstag, 10. März, 10.00 - 18.00 Uhr,
Sonntag, 11. März, 10.00 - 13.00 Uhr,
(16 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 44,00 € (Material- und Zusatzkosten für die beiden Fachkräfte 30,00 - 40,00 €, werden am ersten Abend eingesammelt)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

Textiles Gestalten / Mode

CE2701
Shopping- oder Badetasche
mit Reißverschluss, Innentasche und Schlüsselhaken
Wochenendseminar

Eine Tasche, selbst genäht, groß genug für den Einkauf oder für die Badeutensilien, mit notwendigen Accessoires wie Reißverschluss (keine Sorge, wir zeigen Ihnen, wie Sie ihn auf einfache Weise aber interessante Art einnähen können!), Innentasche und Schlüsselhaken ausgestattet, nähen Sie an einem Nachmittag.

Bitte mitbringen: Nähmaschine, Nähutensilien, 1 m Oberstoff, 1 m Vlies H 630, 1 m Baumwoll-Futterstoff, 1 Reißverschluss 40/45 cm (nicht zum Aushaken), 1 Schlüsselhaken (wenn Sie mögen).

Meike Hoppe
Samstag, 28. Januar, 14.00 - 18.40 Uhr
(6 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 16,50 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE2702
Kleine Stoffkörbe ...
Wochenendseminar

... aus Stoffresten, bunt oder uni, mit oder ohne Griff, stabil, 20 x 25 x 20 cm groß, in denen sich viel „Kleinkram“, zum Beispiel Nähzubehör, Kosmetika, Haaraccessoires, verstauen lässt, stellen Sie her.

Bitte mitbringen: Nähmaschine, Nähutensilien, Stoffreste (mindestens 20 x 4 cm groß), 30 cm Vlies S 520 oder S 80, 50 cm Baumwollfutter.

Meike Hoppe
Samstag, 17. März, 14.00 - 18.40 Uhr
(6 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 16,50 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE2703
„Red work“: ein rot-weiß Quilt
Wochenendseminar



Wir nähen in „Japanischer Falttechnik“ einen Tischquilt, ca 1 x 1 m, nur 2-farbig. Die einzelnen Segmente sind ca. 20 x 20 cm groß und die Rückseite wird gleich mit gearbeitet, was relativ schnell geht. Wer möchte, kann den Quilt zu Hause beliebig vergrößern.

Bitte mitbringen: Nähmaschine, Nähutensilien, 2 Baumwollstoffe, je 1,50 m (uni

oder geblümt oder gegengleich), Pappe 40 x 40 cm und 20 x 20 cm cm für Schablonen.

Meike Hoppe
Samstag, 25. Februar, 14.00 - 18.40 Uhr (6 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 16,50 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE2704

Nähen – für jedes Talent

Wochenendseminar

Lernen Sie nähen oder erweitern Sie Ihre Nähkenntnisse! Nur so können Sie Ihre Vorstellung von Mode interpetieren, „alte“ Sachen modisch verändern und weiter tragen oder die eine oder andere kleine Reparatur (länger, weiter, kürzer, enger ...) selbst in die Hand nehmen.
Damit Sie am Nähwochenende auch alles dabei haben und zur individuellen Beratung findet eine **Vorbesprechung statt: Dienstag, 24. April, 18.00 - 19.00 Uhr**

Agnes Heydenreich-Wesche, Modeschneiderin
Freitag, 11. Mai, 18.00 - 21.00 Uhr
Samstag, 12. Mai, 10.00 - 18.00 Uhr
Sonntag, 13. Mai, 10.00 - 14.00 Uhr (20 UStd.)
VHS, Trift 20, Saal
Gebühr: 55,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE27041

Nähen – für jedes Talent

Wochenendseminar

Kursinhalt s. oben

Bitte mitbringen: eine Nähmaschine, Nähutensilien, Stoffe, ggf. Schnitte, eine Schere.

Agnes Heydenreich-Wesche, Modeschneiderin
Freitag, 3. Februar, 18.00 - 21.00 Uhr
Samstag, 4. Februar, 10.00 - 18.00 Uhr
Sonntag, 5. Februar, 10.00 - 14.00 Uhr (20 UStd.)
VHS, Trift 20, Saal
Gebühr: 55,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE2705

Socken und Stulpen stricken für Sie & Ihn



... auch im Sommer kann es kühle Tage geben und da sind selbst gestrickte Socken oder Stulpen ein nützlicher Begleiter. Wählen Sie, wenn Sie mögen, Sommerwolle, Baumwolle für Ihre Kreationen aus.
Wir stellen in gemütlicher Runde und im Gespräch mit netten Menschen individuelle, selbst gestrickte Socken und Stulpen her.
Der Strickkurs richtet sich auch an Strickanfänger/innen. Nach drei Abenden sollten die Socken/Stulpen anziehbereit sein.

Bitte mitbringen: 5-er Nadelspiel (optimal zum Lernen ist die Stärke 3) und Bambus- oder Holznadeln. Für Anfänger/innen eignet sich besonders die Wolle der Fa. Regia (4- bis 6-fädig).

Carmen Steinert, Kosmetikerin
mittwochs, ab 28. März, 19.00 - 21.15 Uhr, 3 Abende (9 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 24,80 €

CE2706

Klöppeln

Wochenendseminar

Klöppelspitzen sind in Kunst, Mode und Volkstracht als etwas sehr Kostbares bekannt. Was auf den ersten Blick so schwierig aussieht, entpuppt sich bei näherem Hinsehen als gar nicht so schwer. Dies ist vor allen Dingen der heutigen Lernmethode zu verdanken, die sich dadurch auszeichnet, dass die Einarbeitung in die Klöppeltechnik mit Hilfe von farbigen Zeichnungen geschieht.
Das Wochenende bietet eine Einführung in die Grundkenntnisse; schon danach können Sie schöne Spitzen herstellen.
Fortgeschrittene haben Gelegenheit, sich in weiterführende Techniken einzuarbeiten.

Zum ersten Nachmittag bitte mitbringen: feine Filzstifte, Klöppel, Garn, Schere, Stecknadeln, dünne Pappe.

Für Anfänger/-innen hält die Kursleiterin Material zum Verleih bereit.

Inge Theuerkauf
Freitag, 4. Mai, 15.00 - 19.00 Uhr
Samstag, 5. Mai, 8.00 - 19.00 Uhr (20 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 55,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

Musik

CE2801

VHS-Chor

Mit diesem Chorprojekt für „Nichtsänger und Nichtsängerinnen“ sollen diejenigen angesprochen werden, die gerne singen würden, sich aber in dieser Richtung wenig zutrauen. „Singen ist die eigentliche Muttersprache aller Menschen“, so hat es der bekannte Musiker Yehudi Menuhin formuliert. Um mit Freude zu singen, braucht der Mensch also keine Begabung.
Dieses Chorprojekt richtet sich an den Fähigkeiten der Teilnehmenden aus (keine Notenkenntnisse oder Chorerfahrungen notwendig). Wir werden das Liederrepertoire gemeinsam entstehen lassen. So kann sich neben der Freude am Singen auch die Stimme entfalten, sie wird klang- und wirkungsvoller werden.



Projekt „Kulturelle KLICKS“: „Singende Menschen“ Foto: Karlheinz Rehling

Im Laufe des Semesters ist ein erster kleiner öffentlicher Auftritt auf dem Dozentenfest der VHS am 1. Juni vorgesehen.

Martina Hirata, Musikpädagogin, Stimmbildnerin, Chorleiterin
ab Donnerstag, 2. Februar bis 8. März, sowie 26. April bis 28. Juni, jeweils 19.30 - 21.00 Uhr, 15 Abende (30 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 82,50 €

Männl. Stimmen erwünscht

CE2802

Die befreite Stimme

Singen als Ausdruck deiner selbst
Wochenendseminar



Über die Entspannung des Körpers sowie über die Vertiefung des Körper- und Atembewusstseins entdecken wir den natürlichen Sitz unserer Stimme. Über ein ausbalanciertes Verhältnis von Spannung und Entspannung gelangen wir lustvoll zu einer immer größeren Klangfülle und erfahren unser befreites Singen als unmittelbarsten Ausdruck unserer selbst.
Es ist hilfreich, ein vorbereitetes Lied/Song dabei zu haben.

Bitte eine Matte und bequeme Kleidung mitbringen.

Peter Missler, Dipl.-Musikpädagoge
Freitag, 8. Juni, 18.00 - 21.00 Uhr
Samstag, 9. Juni, 10.00 - 17.45 Uhr (13 UStd.)
VHS, Trift 20, Saal
Gebühr: 35,80 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE2803

Gitarre für Anfänger/-innen

für Teilnehmende ohne Notenkenntnisse

Der Kurs ist folgendermaßen aufgebaut:

- Kennen lernen des Instrumentes und das Stimmen der Gitarre
- Vorübungen für die linke und rechte Hand
- Grundrepertoire von Begleitakkorden
- verschiedene Anschlagtechniken für die rechte Hand
- einfache Liedbegleitung.

Zum ersten Abend bitte Schreibzeug und Konzertgitarre mitbringen.

Ulrich Wißmann, Gitarrist
mittwochs, ab 8. Februar, 18.35 - 20.05 Uhr, 12 Abende (24 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 66,00 €

CE2804

Gitarre II

Nach einer Wiederholung der bisher erworbenen Kenntnisse und Fertigkeiten werden diese mit Schwerpunkt Liedbegleitung und Melodiespiel vertieft. Es werden einfache Anschlagtechniken und neue Griffe erarbeitet.

Bitte Schreibzeug und Gitarre mitbringen.

Ulrich Wißmann, Gitarrist
mittwochs, ab 8. Februar,

20.10 - 21.40 Uhr, 12 Abende (24 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 66,00 €

CE2805

Jagdgesang - Hörnerklang

Schnupperkurs im Jagdhornblasen für Anfänger/-innen



In diesem Kurs wird die Bedeutung der Jagdleit- und Wildsignale aufgezeigt. Es werden Grundkenntnisse vom jagdlichen Blasen auch anhand von praktischen Übungen vermittelt. Notenkenntnisse sind nicht erforderlich.
Bei inhaltlichen Fragen wenden Sie sich bitte an die Kursleiterin Tel. 05143/4999562

Zum Kurs ist mitzubringen: Schreibzeug, Fürst-Pless-Horn und passendes Mundstück (wenn vorhanden), kleines Froteetuch. Bitte bei Anmeldung angeben, ob ein Instrument vorhanden ist.

Verena Mehls, Dirigentin musikalische Ausbilderin
mittwochs, ab 1. Februar, 19.30 - 20.15 Uhr, 8 Abende (8 UStd.)
Realschule Westercelle, Schulstr. 4, Aula
Gebühr: 22,00 €

CE2806

Jagdgesang - Hörnerklang

Folgekurs

Sie haben erste Kenntisse auf dem Jagdhorn oder den Schnupperkurs besucht. Dann vermittelt Ihnen dieser Kurs weitere praktische Übungen und Jagdsignale.
Bei inhaltlichen Fragen wenden Sie sich bitte an die Kursleiterin Tel. 05143/4999562

Zum Kurs ist mitzubringen: Schreibzeug, Fürst-Pless-Horn und passendes Mundstück (wenn vorhanden), kleines Froteetuch. Bitte bei Anmeldung angeben, ob ein Instrument vorhanden ist.

Verena Mehls, Dirigentin, musikalische Ausbilderin
mittwochs, ab 30. Mai, 19.30 - 20.15 Uhr, 8 Abende (8 UStd.)
Realschule Westercelle, Schulstr. 4, Aula
Gebühr: 22,00 €

CE2807

Akkordeon lernen

für Anfänger/-innen

In diesem Kurs wird der Beginn des Spielens mit dem Instrument Piano-Akkordeon leichtgemacht. Notenkenntnisse sind nicht erforderlich - diese werden peu à peu an den Mann oder die Frau gebracht.

Zum Kurs ist mitzubringen: Schreibzeug, Notenständer, Akkordeon (wenn vorhanden, bitte bei Anmeldung angeben).

Verena Mehls, Dirigentin, musikalische Ausbilderin
mittwochs, ab 1. Februar, 18.30 - 19.15 Uhr, 8 Abende (8 UStd.)
Realschule Westercelle, Schulstr. 4, Aula
Gebühr: 22,00 €

CE2808

Und noch mehr Faltenklänge

Akkordeon - Folgekurs

Sie haben Grundkenntnisse auf dem Akkordeon oder den Kurs CE2807 besucht. Dann führt Sie dieser Kurs weiter in das Akkordeonspiel ein.

Zum Kurs ist mitzubringen: Schreibzeug, Notenständer, Akkordeon (wenn vorhanden, bitte bei Anmeldung angeben).

Verena Mehls, Dirigentin, musikalische Ausbilderin
mittwochs, ab 30. Mai, 18.30 - 19.15 Uhr, 8 Abende (8 UStd.)
Realschule Westercelle, Schulstr. 4, Aula
Gebühr: 22,00 €

CE2809

Finlandia

Klavierkonzert mit dem Duo Martin Schumann und Andreas Oesterling



In Zusammenarbeit mit der Deutsch-Finnischen Gesellschaft

Werke zu zwei und vier Händen von Sibelius, Rauttavaara, Busoni. Finnischer Tango und Jazz.

Wilhelm Tietje, Lehrer
Sonntag, 11. März, 15.30 - 17.45 Uhr (3 UStd.)
Beckmann-Saal, Magnusstr. 4
Gebühr: Eintritt frei. Um eine Spende wird gebeten.



Haben Sie Anregungen für unsere neue Programmplanung?

Fehlt Ihnen im VHS-Programm ein Thema, ein Kursangebot?

Was wollten Sie uns schon immer mal sagen?

Haben Sie konstruktive, kritische Anmerkungen, die uns helfen können, unsere Qualität als Bildungsträger vor Ort zu entwickeln?

Wir freuen uns über Ihre Vorschläge.

Rufen Sie uns an:
VHS Celle, Tel: 05141-9298-0

Fotoausstellung KULTURELLE KLICKS
Alltägliches in „unbeobachteten" Momenten

28.01. – 26.02.2012 in der Gotischen Halle/Schloss Celle

Es gibt in Celle und um Celle herum eine große Bandbreite an allseits bekannten kulturellen Angeboten. Diese sind schon oft beschrieben, beworben und abgelichtet worden. Die seit mehr als zweieinhalb Jahren tätige Fotogruppe hatte es sich zur Aufgabe gemacht, die Alltagskultur zu entdecken und fotografisch zu erfassen. Das setzte Aufmerksamkeit, Neugier und Spürsinn voraus und die Lust und den Mut alltägliches neu zu erblicken.

Die Arbeit begann mit der Fragestellung: Was alles ist Kultur? Aus der dadurch entstandenen Diskussion entwickelten sich zahlreiche Fotomotive und Bildideen.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer wurden zu Foto-Reportern und die Gruppe zur Fotoredaktion. Die Motivauswahl und die individuelle Herangehensweise der einzelnen Fotografinnen und Fotografen, zeigen die große Bandbreite der Kultur die aktuell oder schon fast vergessen und vergangen scheint. Sie geben auch ein Zeugnis von den Dingen und Umständen mit denen wir uns täglich umgeben und leben, ohne sie besonders zu beachten, „unbeobachtet" eben.

Nach den Fotoausstellungen „Auslöser Landwirtschaft" und „Die Welt in Celle, Celle in der Welt" in den Jahren 1999 und 2006, ist dieses Fotoprojekt die bereits dritte Kooperation zwischen dem Bomann-Museum Celle und der Volkshochschule Celle.

Infos zu Führungen und Begleitprogramm unter 05141-12372

Programmbereichsleitung:
Karlheinz Rehling

Englisch

Am Donnerstag, 26. Januar, findet um 18.30 Uhr in der VHS, Trift 20, eine Einführungsveranstaltung für alle neuen Interessenten an unseren EnglischKursen statt.
Ablauf des Abends:
1. Allgemeine Information über Organisation und Aufbau der Englischkurse.
2. Interessenten mit Vorkenntnissen wird anschließend Gelegenheit gegeben, an einem unverbindlichen Einstufungstest teilzunehmen. Mit Hilfe dieses Tests (es handelt sich um die Beantwortung schriftlicher Fragen durch Ankreuzen und anschließende individuelle Beratung durch Fachdozenten/-innen) können wir Ihnen den Kurs empfehlen, der Ihren Vorkenntnissen am besten entspricht.

Gebühr für Test und Beratung: 5,00 € (am Abend zu zahlen).
Für den Besuch der Einführungsveranstaltung und für die Teilnahme am Test ist eine Anmeldung nicht erforderlich.
Die angegebenen Lehrwerke sowie Kurs begleitende Bücher, CD-ROMs, Videos, CDs und DVDs können Sie in der Stadtbibliothek Celle (Tel.: 127 419) entleihen.

CE3101
Englisch für Senioren/innen I
am Vormittag

Lehrbuch: Sterling Silver 1, ISBN 978-3-464-20410-8, ab Unit 1

Bodo Wißler, Realschullehrer
montags, ab 6. Februar,
10.10 - 11.40 Uhr, 15 Vormittage (30 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 1
Gebühr: 75,00 €

CE3102
Englisch für Senioren/innen II
am Vormittag

Lehrbuch: Sterling Silver 1, ISBN 978-3-464-20410-8, ab Unit 11

Ulrike Kühn, Lehrerin
dienstags, ab 7. Februar,
8.30 - 10.00 Uhr, 15 Vormittage (30 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 75,00 €

CE3103
Englisch für Senioren/innen V
am Vormittag

Lehrbuch: Sterling Silver 2 (ISBN 3-464-20411-1), ab Unit 1

Anne Lüpken, Lehrerin
donnerstags, ab 9. Februar,
10.40 - 12.15 Uhr, 15 Vormittage (30 UStd.)
Sophien-Stift, Blumläger Kirchweg 1, Unterrichtsraum
Gebühr: 75,00 €

CE3104
Englisch für Senioren/innen IX
am Vormittag

Lehrbuch: Endlich Zeit für Englisch (ISBN 978-3-19-009588-9), ab Unit 11

Carmen Zorn, Dipl. Fachübersetzerin
montags, ab 6. Februar,
10.00 - 11.30 Uhr, 15 Vormittage (30 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 75,00 €

CE3105
Englisch für Senioren/innen XI
am Vormittag

Lehrbuch: Endlich Zeit für Englisch (ISBN 978-3-19-009588-9), ab Unit 11

Anne Lüpken, Lehrerin
freitags, ab 10. Februar, 10.15 - 11.45 Uhr, 15 Vormittage (30 UStd.)
Sophien-Stift, Blumläger Kirchweg 1, Unterrichtsraum
Gebühr: 75,00 €

CE3106
Englisch für Senioren/innen XIII
am Vormittag

Lehrbuch: Endlich Zeit für Englisch, Fortgeschrittenenkurs (ISBN 3-19-109483-0), ab Unit 1

Anne Lüpken, Lehrerin
dienstags, ab 7. Februar,
9.30 - 11.00 Uhr, 15 Vormittage (30 UStd.)
Sophien-Stift, Blumläger Kirchweg 1, Unterrichtsraum
Gebühr: 75,00 €

CE3107
Englisch
für Senioren/innen XVI
am Vormittag

Lehrbuch: Headway B 1, Part 1, Student's Book + Workbook (ISBN 9780194716550), ab Unit 3

Dr. Anke Heins
mittwochs, ab 1. Februar, 10.15 - 11.45 Uhr, 15 Vormittage (30 UStd.)
Sophien-Stift, Blumläger Kirchweg 1, Unterrichtsraum
Gebühr: 75,00 €

CE3108
Refresher Course
für Senioren/innen
am Vormittag

Dieser Kurs eignet sich besonders für Teilnehmer/innen mit guten Vorkenntnissen (Sek. 1).
Anhand von aktuellen Texten oder Kurzgeschichten diskutieren wir angeregt. Zur Wortschatzvertiefung und Grammatikwiederholung verwenden wir das Lehrbuch English Unlimited B1.

Lehrbuch: English Unlimited B1 Coursebook, ISBN 978-3-12-539906-8 und English Unlimited B1 Self-study Pack, ISBN 978-3-12-539907-5

Marlies Taxweiler
montags, ab 6. Februar,
9.30 - 11.00 Uhr, 12 Vormittage (24 UStd.)
Sophien-Stift, Blumläger Kirchweg 1, Unterrichtsraum
Gebühr: 60,00 €

CE3109
Englisch I
am Vormittag

Lehrbuch: Headway A 1, Student's Book + Workbook (ISBN 9780194716437, ab Unit 1

Ulrike Kühn, Lehrerin
dienstags, ab 7. Februar,
10.10 - 11.40 Uhr, 15 Vormittage (30 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 75,00 €

CE3110
Englisch I

Lehrbuch: Headway A 1, Student's Book + Workbook, ISBN 9780194716437, ab Unit 1

Dozent wird noch bekannt gegeben.
mittwochs, ab 8. Februar,
18.30 - 20.00 Uhr, 15 Abende (30 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 75,00 €

CE3111
Englisch II

Lehrbuch: Headway A 1, Student's Book + Workbook, ISBN 9780194716437, ab Unit 6

Carmen Zorn, Dipl. Fachübersetzerin
donnerstags, ab 2. Februar,
18.00 - 19.30 Uhr, 15 Abende (30 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 75,00 €

CE3112
Englisch III
am Vormittag

Lehrbuch: Headway A 1, Student's Book + Workbook, ISBN 9780194716437, ab Unit 7

Ulrike Kühn, Lehrerin (Englisch); Yoga-Lehrerin
freitags, ab 3. Februar, 10.10 - 11.40 Uhr, 15 Vormittage (30 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 1
Gebühr: 75,00 €

CE3113
Englisch III

Lehrbuch: Headway A 1, Student's Book + Workbook, ISBN 9780194716437, ab Unit 7

Andrea Nohr, Fremdsprachenkorrespondentin
montags, ab 6. Februar, 18.30 - 20.00 Uhr, 15 Abende (30 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 75,00 €

CE3114
Englisch IV

Lehrbuch: Headway A 1, Student's Book + Workbook, ISBN 9780194716437, ab Unit 10

Andrea Nohr, Fremdsprachenkorrespondentin
mittwochs, ab 1. Februar, 18.30 - 20.00 Uhr, 15 Abende (30 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 75,00 €

CE3115
Englisch VI

Lehrbuch: Headway A 2, Student's Book + Workbook, ISBN 9780194716499), ab Unit 7

Andrea Nohr, Fremdsprachenkorrespondentin
dienstags, ab 7. Februar, 18.30 - 20.00 Uhr, 15 Abende (30 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 2
Gebühr: 75,00 €

CE3116
Englisch VII

Lehrbuch: Headway A 2, Student's Book + Workbook, ISBN 9780194716499), ab Unit 8

Andrea Nohr, Fremdsprachenkorrespondentin
donnerstags, ab 2. Februar, 20.10 - 21.40 Uhr, 15 Abende (30 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 2
Gebühr: 75,00 €

CE3117
Englisch XI
am Vormittag

Lehrbuch: Headway B 1, Part 2, Student's Book + Workbook, ISBN 9780194647137), ab Unit 1

Elke Bidenharn, Fremdsprachenkorrespondentin
freitags, ab 3. Februar, 8.15 - 9.45 Uhr, 15 Vormittage (30 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 75,00 €

CE3118
Englisch XI

Lehrbuch: Headway B 1, Part 1, Student's Book + Workbook, ISBN 9780194716550), ab Unit 10

Andrea Nohr, Fremdsprachenkorrespondentin
mittwochs, ab 1. Februar, 20.10 - 21.40 Uhr, 15 Abende (30 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 75,00 €

CE3119
Englisch XII
am Vormittag

Lehrbuch: Headway B 1, Part 2, Student's Book + Workbook, ISBN 9780194647137), ab Unit 4

Ulrike Kühn, Lehrerin
freitags, ab 3. Februar, 8.30 - 10.00 Uhr, 15 Vormittage (30 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 1
Gebühr: 75,00 €

CE3120
Englisch XIV

Lehrbuch: Headway B 1, Part 2, Student's Book + Workbook, ISBN 9780194647137), ab Unit 9

Andrea Nohr, Fremdsprachenkorrespondentin
donnerstags, ab 2. Februar, 18.30 - 20.00 Uhr, 15 Abende (30 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 2
Gebühr: 75,00 €

CE3121
Englisch XX
am Vormittag

Dieser Kurs ist besonders für Wiedereinsteiger/-innen mit guten Vorkenntnissen geeignet (Sekundarabschluss I). Aktuelle Beiträge aus „Spotlight", kurze moderne, reizvolle Texte, die zum Nachdenken und Diskutieren anregen sowie Wiederholung der Grundgrammatik

Uta Heine, Dolmetscherin
mittwochs, ab 8. Februar, 8.30 - 10.00 Uhr, 12 Vormittage (24 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 60,00 €

CE3123
Practice makes perfect

English conversation on an intermediate level (entspricht Stufe Englisch XVI). Selected texts, dialogues, discussions, role play, some grammar.

Dr. Anke Heins
donnerstags, ab 2. Februar, 10.10 - 11.40 Uhr, 15 Vormittage (30 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 75,00 €

CE3124
English as you like it - Advanced Level
am Vormittag

Dr. Anke Heins
donnerstags, ab 2. Februar, 8.30 - 10.00 Uhr, 15 Vormittage (30 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 75,00 €

CE3125
Refresher Course

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

Andrea Nohr, Fremdsprachenkorrespondentin
dienstags, ab 7. Februar, 20.10 - 21.40 Uhr, 15 Abende (30 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 2
Gebühr: 75,00 €

CE3126
Let's talk
Freestyle English Conversation

Ein Kurs für Fortgeschrittene, die Lust haben, auf Englisch locker zu kommunizieren und flüssiger zu sprechen. Die Teilnehmenden gestalten durch ihre Wünsche das Programm mit.

Michael Foley
dienstags, ab 7. Februar, 19.30 - 21.00 Uhr, 10 Abende (20 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 50,00 €

CE3127
Business English I

In Zusammenarbeit mit der Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft

In diesem Semester beginnt ein 3-semestriger Vorbereitungskurs auf das VHS-Zertifikat Business English. Vorausgesetzt werden Englisch-Kenntnisse entsprechend dem Sekundarabschluss I.

Teilrückerstattung der Gebühren durch die Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft möglich.

Lehrbuch: Business Milestones (ISBN 978-3-12-808202-8), ab Unit 1

Dozent wird noch bekannt gegeben.
mittwochs, ab 1. Februar, 18.30 - 20.00 Uhr, 15 Abende (30 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 75,00 €

CE3128
Business English II

In Zusammenarbeit mit der Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft

In diesem Semester beginnt ein 3-semestriger Vorbereitungskurs auf das VHS-Zertifikat Business English. Vorausgesetzt werden Englisch-Kenntnisse entsprechend dem Sekundarabschluss I.

Teilrückerstattung der Gebühren durch die Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft möglich.

Lehrbuch: Business Milestones (ISBN 978-3-12-808202-8), ab Unit 6

Carmen Zorn, Dipl. Fachübersetzerin
donnerstags, ab 2. Februar, 19.40 - 21.10 Uhr, 15 Abende (30 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 75,00 €



Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft von Stadt und Landkreis Celle
Am Französichen Garten 1
29221 Celle

Tel.: 05141/12473 oder. 12476
Fax: 05141/127631
E-Mail: frauenundwirtschaft@celle.de
Internet: www.celle.de

Beratung nach telefonischer Terminvereinbarung





Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft von Stadt und Landkreis Celle

Die Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft von Stadt und Landkreis Celle ist eine Beratungsstelle zur beruflichen und betrieblichen Förderung von Frauen. Sie arbeitet dabei eng mit den Unternehmen vor Ort, Weiterbildungsträgern, der Agentur für Arbeit und weiteren Akteuren zusammen. Ziel ist es, die Erwerbstätigkeit und Qualifikation von Frauen zu fördern. Die Koordinierungsstelle bietet vertrauliche, kostenfreie Beratung sowie zielgruppengerechte Weiterbildungen an.

Die Koordinierungsstelle berät
- zu Fragen der Vereinbarkeit von Familie und Beruf
- über Möglichkeiten des beruflichen Wiedereinstiegs
- über Fortbildungsangebote für Mütter/Väter während der Elternzeit
- zu Weiterbildungs- und Umschulungsmöglichkeiten
- Ratsuchende bei ihrer individuellen Berufswegplanung und Bewerbungsstrategien
- bei Fragen zur Existenzgründung
- und informiert über die Chancen der Arbeitsvermittlung durch die Koordinierungsstelle.

Kooperationskurse der Volkshochschule Celle mit der Koordinierungsstelle

Hinweis zur Gebührenermäßigung
Frauen und Männer in Elternzeit und Frauen, die zu Kursbeginn keiner sozialversicherungspflichtigen Beschäftigung nachgehen, können bei der Koordinierungsstelle eine Teilrückerstattung der Kursgebühren beantragen. Der Antrag ist spätestens bis Kursende zu stellen.

Kinderbetreuung
Auf Antrag kann während der Kursteilnahme eine finanzielle Unterstützung für eine Kinderbetreuung gewährt werden.

Die Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft von Stadt und Landkreis Celle ist dem Fachdienst Wirtschaftförderung, Immobilien und Stadtmarketing der Stadt Celle zugeordnet und wird aus Mitteln des Europäischen Fonds für regionale Entwicklung, des Landes Niedersachsen, der Stadt Celle, des Landkreises Celle und der Agentur für Arbeit Celle gefördert.





CE3129
Business English III

In Zusammenarbeit mit der Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft

Dieser Kurs ist als Vorbereitungskurs auf die Telc-Business B1 - Prüfung konzipiert.

Teilrückerstattung der Gebühren durch die Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft möglich.

Lehrbuch: Business Milestones (ISBN 978-3-12-808202-8)

Andrea Nohr, Fremdsprachenkorrespondentin
montags, ab 6. Februar,
20.10 - 21.40 Uhr, 15 Abende (30 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 75,00 €

CE3130
British and American Short Stories



Kurzgeschichten sind in Großbritannien und Nordamerika eine besonders beliebte Literaturform, die sich in unglaublich vielen Variationen darstellt.
Ernest Hemingway, James Thurber, Henry Slesar und Ambrose Bierce haben teilweise skurrile Geschichten besonders erfolgreich in Worte gefasst und überraschen dabei immer wieder ihre Leser.
Im Kurs wird eine Auswahl von „Short Stories“ dieser Autoren gelesen und im Gespräch enträtselt. Der Kenntnisstand im Englischen sollte dem Sekundar Abschluss I entsprechen.

Hans Buchbinder, Oberstudienrat a.D.
mittwochs, ab 8. Februar,
10.10 - 11.40 Uhr, 7 Vormittage (14 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 38,00 €

Projekt „Kulturelle KLICKS“: Passende Kontraste - Aussichten
Foto: Konstanze Zenker

CE3131


Congratulations, Charles Dickens!
Zum 200. Geburtstag



Charles Dickens (geb. 1812, gest. 1870) zählte zu den populärsten britischen Schriftstellern des 19. Jahrhunderts, und seine Werke sind dank vieler Verfilmungen heute noch ungemein beliebt. Nahezu 1000 Charaktere schuf der Autor und bildete dabei die Gesellschaft seiner eigenen, der viktorianischen Zeit und das Leben in der Hauptstadt London ab. Wechselnd im Ton zwischen Humor und Spott, Satire und Mitgefühl, schuf er viele skurrile Figuren, manche liebenswürdig, wenn auch blauäugig, oder einfach lustig, andere zutiefst egoistisch, kriminell und böse. Charaktere wie Fagin und Mr Micawber sind in das Kollektivgedächtnis der Briten eingegangen, und der Name ‚Scrooge‘ (Christmas Carol) ist synonym für den Geizkragen.
Sein 200. Geburtstag (7. Februar 1812) ist Anlass genug, sich einmal wieder mit den Geschichten und Figuren seiner Werke zu befassen und uns in den Dickens'schen Kosmos hineinzudenken. Hierzu lesen wir gemeinsam Auszüge aus seinen Werken (teils auf Englisch, teils in Übersetzung) und werfen einen Blick auf die eine oder andere Verfilmung.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich - bringen Sie einfach Interesse mit!

Dr. Catherine Atkinson, Historikerin
Samstag, 25. Februar,
9.45 - 16.45 Uhr (8 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 21,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE3132
Bildungsurlaub: Englisch A 2

In Zusammenarbeit mit der Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft

Teilnehmende mit etwas fortgeschrittenen Kenntnissen erarbeiten/wiederholen die Themenfelder:
Where do you live?, counties and languages, weather, offers and requests.
Aus der Grundgrammatik geht es um Hilfsverben, Present Perfect and Present Continuous, comparatives and superlatives.

Gearbeitet wird im Lehrwerk: Headway A 2, Student's Book, ISBN 9780194716499

Teilrückerstattung der Gebühren durch die Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft möglich.

Carmen Zorn, Dipl. Fachübersetzerin
Montag, 19. bis Freitag, 23. März,
8.00 - 16.00 Uhr, 5 Tage (40 UStd.)
VHS, Trift 20, Saal
Gebühr: 120,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE3133
Sommer-VHS Bildungsurlaub: Englisch A 2

In Zusammenarbeit mit der Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft

Teilnehmende mit etwas fortgeschrittenen Kenntnissen erarbeiten/wiederholen die Themenfelder:
Where do you live?, counties and languages, weather, offers and requests.
Aus der Grundgrammatik geht es um Hilfsverben, Present Perfect and Present Continuous, comparatives and superlatives.
Gearbeitet wird im Lehrwerk: Headway A 2, Student's Book, ISBN 9780194716499

Teilrückerstattung der Gebühren durch die Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft möglich.

Carmen Zorn, Dipl. Fachübersetzerin
Montag, 20. bis Freitag, 24. August,
8.00 - 16.00 Uhr, 5 Tage (40 UStd.)
VHS, Trift 20, Saal
Gebühr: 120,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE3134
Bildungsurlaub: Englisch B 1

In Zusammenarbeit mit der Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft

Dieser Bildungsurlaub bietet Teilnehmenden mit Vorkenntnissen auf der Basis des Sekundarabschlusses I ein Intensivtraining von Vokabeln, Grammatik und Sprechfertigkeit. Stoffgrundlage ist das Lehrbuch Headway B 1, Part 1, Student's Book + Workbook (ISBN 978-3-06-804367-7)

Teilrückerstattung der Gebühren durch die Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft möglich.

Kirsten Kelly, Fremdsprachenkorrespondentin
Montag, 26. bis Freitag, 30. März,
8.00 - 16.00 Uhr, 5 Tage (40 UStd.)
VHS, Trift 20, Saal
Gebühr: 120,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE3135
English for your holiday
from planning till check out



Sie haben Englisch-Grundkenntnisse (Level A2) und wollen für Reisen (kurz oder lang) noch einmal trainieren, welche Kommunikationssituationen Ihnen begegnen können. Dann ist dieses Wochenende genau das richtige für Sie!

Kirsten Kelly, Fremdsprachenkorrespondentin
samstags, ab 3. März,
10.00 - 17.00 Uhr, 2 Termine (12 UStd.)
VHS, Trift 20, Saal
Gebühr: 33,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE3136
Englisch für Hotel und Restaurant

Beschäftigte im Gastgewerbe und der Hotellerie müssen nicht nur an internationalen Arbeitsplätzen Englischkenntnisse vorweisen. Dieser Kurs vermittelt entsprechende Kenntnisse auf der Basis von B 1 und bereitet auf die Prüfung ‚telc English B1 Hotel und Restaurant' vor.
Der Kurs umfasst 60 UStd (2 Semester). Geplant ist Unterricht einmal pro Woche am Nachmittag mit 3 UStd. Er kann beginnen, sobald sich genügend Interessenten in der Geschäftsstelle haben vormerken lassen. Bei der Meldung bitte gewünschte Wochentage angeben! Alle Interessenten werden schriftlich informiert.

CE3137
You drink coffee, I drink tea, my dear ...
(English version)

Mr. Pierson takes a look at German characteristics from a British point of view. As a Services Liaison Officer of the British armed forces he has had long experience in Germany and he reveals typical features of German life.

Hugh Pierson, britischer Verbindungsoffizier
Dienstag, 3. April,
17.00 - 19.15 Uhr (3 UStd.)
VHS, Trift 20, Saal
Gebühr: 7,00 €

Spanisch

Die Kurse sind in ihrem Stoffangebot auf den Europäischen Referenzrahmen ausgerichtet.
Die angegebenen Lehrwerke sowie Kurs begleitende Bücher, CD-ROMs, Videos, CDs und DVDs können Sie in der Stadtbibliothek Celle (Tel.: 12 74 19) entleihen.

CE3201
Spanisch für die Reise

Dieser Kurs dient Teilnehmenden ohne oder mit geringen Vorkenntnissen als Vorbereitung auf Reisen nach Spanien oder Lateinamerika.

Lehrbuch: Spanisch à la carte (Klett, ISBN 978-3-12-514260-2)

Ana-Isabel Otaola, Diplomphilologin
donnerstags, ab 2. Februar,
20.10 - 21.40 Uhr, 15 Abende (30 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 75,00 €

CE3203
Spanisch I

Lehrbuch: Perspectivas A 1 (paket didactica, ISBN 978-3-464-200067-4), ab Unidad 1

Carmen Gottschlich
donnerstags, ab 2. Februar,
19.00 - 20.30 Uhr, 15 Abende (30 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 75,00 €

CE3204
Spanisch II

Lehrbuch: Perspectivas A 1 (paket didactica, ISBN 978-3-464-200067-4), ab Unidad 5

Ana-Isabel Otaola, Diplomphilologin
dienstags, ab 7. Februar,
18.30 - 20.00 Uhr, 15 Abende (30 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 75,00 €

CE3205
Spanisch III

Lehrbuch: Perspectivas A 1 (paket didactica, ISBN 978-3-464-200067-4), ab Unidad 9

Ana-Isabel Otaola, Diplomphilologin
donnerstags, ab 2. Februar,
18.30 - 20.00 Uhr, 15 Abende (30 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 75,00 €

CE3206
Spanisch IV

Lehrbuch: Perspectivas A 1 (paket didactica, ISBN 978-3-464-200067-4), ab Unidad 12

Carmen Gottschlich
montags, ab 13. Februar,
19.15 - 20.45 Uhr, 15 Abende (30 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 75,00 €

CE3207
Spanisch V
am Vormittag

Lehrbuch: Perspectivas A 1 (paket didactica, ISBN 978-3-464-20067-4), ab Unidad 14

Sonnia Pelaez-Sator
dienstags, ab 14. Februar,
10.10 - 11.40 Uhr, 15 Vormittage (30 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 75,00 €

CE3208
Spanisch VI

Lehrbuch: Perspectivas A 2 (ISBN 978-3-464-20068-1), ab Unidad 1

Carmen Gottschlich
mittwochs, ab 15. Februar,
18.45 - 20.15 Uhr, 15 Abende (30 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 75,00 €

CE3209
Spanisch VII
am Vormittag

Lehrbuch: Perspectivas A 2 (ISBN 978-3-464-20068-1), ab Unidad 4

Josefina Bensusan de Klug
donnerstags, ab 2. Februar,
8.30 - 10.00 Uhr, 15 Vormittage (30 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 1
Gebühr: 75,00 €

CE3210
Spanisch VII

Lehrbuch: Perspectivas A 2 (ISBN 978-3-464-20068-1), ab Unidad 4

Sonnia Pelaez-Sator
mittwochs, ab 8. Februar,
18.30 - 20.00 Uhr, 14 Abende (28 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 70,00 €

CE3211
Spanisch XII

Lehrbuch: Perspectivas B1 (ISBN 978-3-464-20470-2), ab Unidad 4

Sonnia Pelaez-Sator
donnerstags, ab 9. Februar,
18.00 - 19.30 Uhr, 15 Abende (30 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 75,00 €

CE3212
Spanisch XIII
am Vormittag

Lehrbuch: Perspectivas B 1 (ISBN 978-3-464-20470-2), ab Unidad 7

Josefina Bensusan de Klug
dienstags, ab 7. Februar,
8.30 - 10.00 Uhr, 15 Vormittage (30 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 1
Gebühr: 75,00 €

CE3213
Curso de conversación



Con ayuda de textos, tareas en parejas, canciones, CDs etc nos pondremos a conversar y a cambiar ideas; Bienvenidos! Vorausgestzt werden Kenntnisse auf dem Stand „Caminos 2".

Josefina Bensusan de Klug
donnerstags, ab 2. Februar,
10.10 - 11.40 Uhr, 15 Vormittage (30 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 1
Gebühr: 75,00 €

CE3214
Spanisch XXII
am Vormittag

Tocamos temas interesantes con la ayuda del libro „Avenida" y revisamos los puntos gramaticales que se van presentando; Bienvenidos!

Lehrbuch: Avenida (ISBN 978-3-12-514960-1) + Avenida - Cuaderno de ejercicios (ISBN 978-3-12-514963-2) ab Unidad 8

Josefina Bensusan de Klug
dienstags, ab 7. Februar,
10.10 - 11.40 Uhr, 15 Vormittage (30 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 1
Gebühr: 75,00 €

CE3215
Bildungsurlaub: Spanisch II



Dieser Wochenkurs ist geeignet für Teilnehmende mit ersten Anfangskenntnissen. Themen sind u. a. Essen, Reisen, Einkäufe, Personenbeschreibungen.

Sonnia Pelaez-Sator
montags - freitags, 12. März - 16. März,
8.00 - 16.00 Uhr, 5 Tage (40 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 1
Gebühr: 120,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE3216
Spanische Woche III
am Vormittag

Lehrbuch: Perspectivas A 1 (paket didactica, ISBN 978-3-464-200067-4), ab Unidad 5

Sonnia Pelaez-Sator
montags - freitags,
6. Februar - 10. Februar,
8.30 - 11.40 Uhr, 5 Tage (20 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 1
Gebühr: 50,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE3217
Spanische Woche IV
am Vormittag

Lehrbuch: Perspectivas A 1 (paket didactica, ISBN 978-3-464-200067-4), ab Unidad 7

Sonnia Pelaez-Sator
montags - freitags,
27. Februar - 2. März,
8.30 - 11.40 Uhr, 5 Tage (20 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 1
Gebühr: 50,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE3218
Bildungsurlaub: Spanisch V

Diese Spanischwoche richtet sich an fortgeschrittene Lerner, die schon das „Indefinido" kennen gelernt haben.
Themen sind u.a.: Imperfekt, Plusquamperfekt, Konversation, Übungen zum Hörverständnis, Imperativ.

Sonnia Pelaez-Sator

Miriam Pfeiffer
montags - freitags,
23. April - 27. April,
8.00 - 16.00 Uhr, 5 Tage (40 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 1
Gebühr: 120,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

Italienisch

Die Italienischkurse sind in ihrem Stoffangebot auf den Europäischen Referenzrahmen ausgerichtet.
Die angegebenen Lehrwerke sowie Kurs begleitende Bücher, CD-ROMs, Videos, CDs und DVDs können Sie in der Stadtbibliothek Celle (Tel.: 12 74 19) entleihen.

CE3303
Italienisch I

Lehrbuch: Allegro 1 (Klett-Verlag, ISBN 978-3-12-525580-7), ab Lezione 1

Domenica Montemurro
donnerstags, ab 2. Februar,
18.15 - 19.45 Uhr, 15 Abende (30 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 75,00 €

CE3304
Italienisch II
am Vormittag

Lehrbuch: Allegro 1 (Klett-Verlag, ISBN 978-3-12-525580-7), ab Lezione 4

Graziella Palladini-Ehbrecht
donnerstags, ab 2. Februar,
10.15 - 11.45 Uhr, 15 Vormittage (30 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 4
Gebühr: 75,00 €



Projekt „Kulturelle KLICKS":
Passende Kontraste - Fenster + Fallrohr
Foto: Konstanze Zenker

CE3305
Italienisch II

Lehrbuch: Allegro 1 (Klett-Verlag, ISBN 978-3-12-525580-7), ab Lezione 4

Sibilla Strauß-Di Fausto
dienstags, ab 7. Februar,
19.30 - 21.00 Uhr, 15 Abende (30 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 75,00 €

CE3306
Italienisch III

Lehrbuch: Allegro 1 (Klett-Verlag, ISBN 978-3-12-525580-7), ab Lezione 6

Sibilla Strauß-Di Fausto
dienstags, ab 7. Februar,
18.00 - 19.30 Uhr, 15 Abende (30 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 75,00 €

CE3308
Italienisch VI
am Vormittag

Lehrbuch: Allegro 2 (Klett-Verlag, ISBN 978-3-12-525558-9), ab Lezione 1

Sibilla Strauß-Di Fausto
donnerstags, ab 9. Februar,
10.30 - 12.00 Uhr, 15 Vormittage (30 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 75,00 €

CE3309
Italienisch VI

Lehrbuch: Allegro 2 (Klett-Verlag, ISBN 978-3-12-525558-9), ab Lezione 1

Sibilla Strauß-Di Fausto
montags, ab 6. Februar,
18.15 - 19.45 Uhr, 15 Abende (30 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 75,00 €

CE3310
Italienisch VIII
am Vormittag

Lehrbuch: Allegro 2 (Klett-Verlag, ISBN 978-3-12-525558-9), ab Lezione 7

Sibilla Strauß-Di Fausto
mittwochs, ab 8. Februar,
10.30 - 12.00 Uhr, 15 Vormittage (30 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 75,00 €

CE3311
Italienisch Wiederholung
am Vormittag



Wiederholung von Schwerpunkten aus „Allegro1" und „Allegro 2"

Sibilla Strauß-Di Fausto
montags, ab 6. Februar,
10.15 - 11.45 Uhr, 15 Vormittage (30 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 75,00 €

CE3312
Italienisch X

Lehrbuch: Allegro 3 (Klett-Verlag, ISBN 978-3-12-525566-1), ab Lezione 1

Domenica Montemurro
dienstags, ab 7. Februar,
19.00 - 20.30 Uhr, 15 Abende (30 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 75,00 €

CE3313
Italienisch XII
am Vormittag

Lehrbuch: Allegro 3 (Klett-Verlag, ISBN 978-3-12-525566-1), ab Lezione 6

Sibilla Strauß-Di Fausto
mittwochs, ab 8. Februar,
8.30 - 10.00 Uhr, 15 Vormittage (30 UStd.)
Sophien-Stift, Blumläger Kirchweg 1, Unterrichtsraum
Gebühr: 75,00 €

CE3314
Italienisch XIV
am Vormittag

Lehrbuch: Allegro 3 (Klett-Verlag, ISBN 978-3-12-525566-1), ab Lezione 7

Graziella Palladini-Ehbrecht
donnerstags, ab 2. Februar,
8.40 - 10.10 Uhr, 15 Vormittage (30 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 75,00 €

CE3315
Italienisch XIV

Lehrbuch: Allegro 3 (Klett-Verlag), ISBN 978-3-12-525566-1, ab Lezione 8

Graziella Palladini-Ehbrecht
mittwochs, ab 1. Februar,
18.30 - 20.00 Uhr, 15 Abende (30 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 75,00 €

CE3316
Italienisch XVIII

Lehrbuch: Azzurro più (Klett, ISBN 978-3-12-525532-6), ab Lezione 6

Domenica Montemurro
mittwochs, ab 1. Februar,
18.15 - 19.45 Uhr, 15 Abende (30 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 75,00 €

CE3317
Conversazione
Italienisch für Fortgeschrittene



Avete pochissime possibilità di esercitare la lingua italiana acquisita negli anni? Allora incontriamoci il giovedì sera per leggere testi, dicutere, vedere spezzoni di film, ascoltare musica, fare esercizi grammaticali ... in italiano! Il livello è avanzato.
Come misura di conoscenza: 6. Lezione „buongiorno 2" o „buonasera a tutti" e, naturalmente, altre esperienze che hanno contribuito all´apprendimento della lingua italiana.

Sibilla Strauß-Di Fausto
donnerstags, ab 9. Februar,
17.45 - 19.15 Uhr, 15 Abende (30 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 75,00 €

CE3318
Italienisch für Touristen
Wochenendkurs für Anfänger/-innen



Hände und Füße waren gestern, Englisch ist Hilfskonstruktion, Deutsch nicht immer möglich.
Sie erleben mehr im Urlaub, wenn Sie ein paar Kommunikationssituationen beherrschen (Vorstellen, nach dem Weg fragen, wichtigste Zahlen, einfache Einkäufe usw.)
Dieses Italienisch-Wochenende bietet Ihnen den leichten Einstieg in die italienische Sprache.

Sibilla Strauß-Di Fausto
Freitag, 4. Mai, 18.00 - 21.00 Uhr
Samstag, 5. Mai, 9.00 - 17.45 Uhr
Sonntag, 6. Mai, 9.00 - 16.00 Uhr (22 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 58,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE3319
Italienisch für Touristen
Wochenendkurs für Fortgeschrittene

Sie besitzen Kenntnisse auf der Basis von „Allegro 1" (eingeführtes Lehrwerk an der VHS Celle) und wollen die Sprache für Urlaub und Reise trainieren. In diesem Kurs bekommen Sie intensiv, aber doch spielerisch die nötigen Anregungen.

Sibilla Strauß-Di Fausto
Freitag, 1. Juni, 18.00 - 21.00 Uhr
Samstag, 2. Juni, 9.00 - 17.45 Uhr
Sonntag, 3. Juni, 9.00 - 16.00 Uhr (21 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 58,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

Französisch

Die Französischkurse sind in ihrem Stoffangebot auf den Europäischen Referenzrahmen ausgerichtet.
Teilnehmende mit Vorkenntnissen können sich in der Geschäftsstelle beraten lassen, welcher Kurs für sie geeignet ist. Dazu erhalten Sie schriftliche Testunterlagen (Unkostenbeitrag 5,00 €) und eine Auswertung.
Die angegebenen Lehrwerke sowie Kurs begleitende Bücher, CD-ROMs, Videos, CDs und DVDs können Sie in der Stadtbibliothek Celle (Tel. 12 74 19) entleihen.
Eine besondere Bitte:
Wer schon Vorkenntnisse hat, sollte keinen Anfängerkurs belegen, um „echten" Anfängern/-innen nicht den Mut zu nehmen.

CE3401
Französisch à la carte



Der Kurs ermöglicht einen Einstieg ins Französische anhand von touristischen Alltagssituationen. Die Grammatik rückt erst einmal in den Hintergrund.

Lehrbuch: Französisch à la carte (Klett), ISBN 978-3-12-528820-1)

Denise Kelsen-Göhring, Lehrerin
mittwochs, ab 8. Februar,
10.10 - 11.40 Uhr, 14 Vormittage (28 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 1
Gebühr: 70,00 €

CE3402
Französisch I

Lehrbuch: Voyages 1 (ISBN 978-3-12-529202-4), ab Lektion 1

Dozent wird noch bekannt gegeben.
montags, ab 6. Februar,
18.30 - 20.00 Uhr, 15 Abende (30 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 75,00 €

CE3403
Französisch III

Lehrbuch: Voyages 1 (ISBN 978-3-12-529202-4), ab Lektion 6

Marie-Josée Mas-Harten
dienstags, ab 7. Februar,
18.40 - 20.10 Uhr, 15 Abende (30 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 75,00 €

CE3404
Französisch IV
am Vormittag

Lehrbuch: Voyages 1 (ISBN 978-3-12-529202-4), ab Lektion 10

Uta Heine, Dolmetscherin
mittwochs, ab 8. Februar,
10.10 - 11.40 Uhr, 12 Vormittage (24 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 60,00 €

CE3405
Französisch V
am Vormittag

Lehrbuch: Voyages 1 (ISBN 978-3-12-529202-4), ab Lektion 11

Denise Kelsen-Göhring, Lehrerin
freitags, ab 3. Februar,
10.10 - 11.40 Uhr, 14 Vormittage (28 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 70,00 €

CE3406
Französisch für Wiedereinsteiger/-innen

Sie haben vor langer Zeit einmal Französisch gelernt und sind der Meinung, dass Sie alles vergessen haben? Hier werden Sie erfahren, dass dem nicht so ist und Sie außerdem noch Neues hinzu lernen.
Es werden die Schwerpunkte von Voyages 2 nach Absprache mit den Teilnehmenden wiederholt und erarbeitet.

Lehrbuch: Voyages 2 (Klett-Verlag), ISBN 978-3-12-529278-9

Denise Kelsen-Göhring, Lehrerin
mittwochs, ab 8. Februar,
8.30 - 10.00 Uhr, 14 Vormittage (28 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 1
Gebühr: 70,00 €

CE3407
Französisch VII
am Vormittag

Lehrbuch: Voyages 2 (ISBN 978-3-12-529278-9), ab Lektion 9

Uta Heine, Dolmetscherin
donnerstags, ab 9. Februar,
10.10 - 11.40 Uhr, 12 Vormittage (24 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 60,00 €

CE3408
Französisch X

Lehrbuch: Voyages 2 (Klett-Verlag), ISBN 978-3-12-529278-9, ab Lektion 8

Camille Ebel-Chenu, Fremdprachenkorrespondentin
mittwochs, ab 1. Februar,
18.30 - 20.00 Uhr, 15 Abende (30 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 75,00 €

CE3409
Französisch X

Lehrbuch: Voyages 2 (Klett-Verlag), ISBN 978-3-12-529278-9, ab Lektion 7b

Marie-Josée Mas-Harten
donnerstags, ab 2. Februar,
18.30 - 20.00 Uhr, 15 Abende (30 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 75,00 €

CE3410
Französisch XIV
am Vormittag

Lehrbuch: Voyages 3 (Klett-Verlag), ISBN 978-3-12-529280-2, ab Lektion 1

Denise Kelsen-Göhring, Lehrerin
freitags, ab 3. Februar,
8.30 - 10.00 Uhr, 14 Vormittage (28 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 70,00 €

CE3411
Französisch XV

Lehrbuch: Voyages 3 (Klett-Verlag), ISBN 978-3-12-529280-2, ab Lektion 4

Marie-Josée Mas-Harten
dienstags, ab 7. Februar,
17.00 - 18.30 Uhr, 15 Abende (30 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 75,00 €

CE3412
Französisch XIX

Quereinsteiger/-innen willkommen!
- Wiederholung der Grammatik anhand einer leichten Lektüre
- Diskussion über aktuelle Themen

Christiane Schoepffer
dienstags, ab 7. Februar,
18.15 - 19.45 Uhr, 13 Abende (26 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 65,00 €

CE3413
Französisch XXVIII

Diskussion anhand aktueller Zeitungsartikel, Wiederholung der Grammatik und leichte Lektüre.

Christiane Schoepffer
donnerstags, ab 2. Februar,
18.00 - 19.30 Uhr, 15 Abende (30 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 75,00 €

CE3414
Französische Literatur
Vormittagskurs



Nous lisons: „Un aller simple" de Didier Cauwelaert, ISBN 978-3-15-009109-8

Francoise Buhmann
donnerstags, ab 9. Februar,
9.00 - 10.30 Uhr, 12 Vormittage (24 UStd.)
Sophien-Stift, Blumläger Kirchweg 1, Unterrichtsraum
Gebühr: 60,00 €


Eleonoren-Picknick siehe Bereich Kultur

CE3415
Conversation française

Lektüre (Revue de la Presse) und freie Gespräche.

Catherine Gareis, Lehrerin
mittwochs, ab 1. Februar,
19.30 - 21.00 Uhr, 12 Abende (24 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 1
Gebühr: 60,00 €

CE3416
Französischer Abend

Christiane Schoepffer
Marie-Josée Mas-Harten
Denise Kelsen-Göhring, Lehrerin
Termin wird noch gesondert beworben

CE3417
Wirtschaftsfranzösisch
Bildungsurlaub



In Zusammenarbeit mit der Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft

Dieser Kurs führt ein in die Grundlagen der französischen Wirtschaftssprache: Unternehmensformen, Außenauftritt eines Unternehmens, Verhaltens-Knigge, Besprechungen, Telefonieren, 1. Formen der Handelskorrespondenz.

Teilrückerstattung der Gebühren durch die Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft möglich.

Vocabulaire progressif du francais des affaires (ISBN 978-312-5192218)

Jutta Zollt, Übersetzerin (IHK)
montags - freitags, 26. März - 30. März,
8.00 - 16.00 Uhr, 5 Termine (40 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 3
Gebühr: 120,00 €

Weitere Fremdsprachen

CE3501
Dänisch I

Lehrbuch: Vi snakkes ved! (Hueber-Verlag), ISBN 978-3-19-005379-7, ab Lektion 1

Jytte Asmus
donnerstags, ab 2. Februar,
20.10 - 21.40 Uhr, 13 Abende (26 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 65,00 €

CE3502
Dänisch VII

Lehrbuch-Wiederholungen, Kommunikationsübungen, leichte Lektüre, dänische Zeitungen

Lehrbuch: Dänisch neu (Hueber-Verlag), ISBN3-17-005255-7 und Arbeitsbuch, ISBN 3-19-015255-1

Jytte Asmus
donnerstags, ab 2. Februar,
18.30 - 20.00 Uhr, 13 Abende (26 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 65,00 €

CE3601
Schwedisch für Anfänger/-innen



Lehr- und Arbeitsbuch: Välkomna (Klett-Verlag), ISBN 978-3-12-527941-0, ab Lektion 1

Horst Vieth, Lehrer (Berufsschule) i.R.
mittwochs, ab 8. Februar,
18.30 - 20.00 Uhr, 15 Abende (30 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 75,00 €

CE3602
Schwedisch III

Lehr- und Arbeitsbuch: Välkomna (Klett-Verlag), ISBN 978-3-12-527941-0, ab Lektion 11

Horst Vieth, Lehrer (Berufsschule) i.R.
dienstags, ab 7. Februar,
19.40 - 21.10 Uhr, 15 Abende (30 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 75,00 €

CE3603
Schwedisch VII

u.a. Zeitungsausschnitte, Alltagssituationen, Lehrbuch

Lehr- und Arbeitsbuch: Välkomna (Klett-Verlag), ISBN 978-3-12-527941-0,

Horst Vieth, Lehrer (Berufsschule) i.R.
dienstags, ab 7. Februar,
18.00 - 19.30 Uhr, 15 Abende (30 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 75,00 €

CE3701
Polnisch für Fortgeschrittene

Lehrmaterial wird im Kurs abgesprochen.

Teilnehmende sollten über mittlere Vorkenntnisse (Basis: Lehrbuch Witam!) verfügen.

Anna-Maria Berg, Dipl.-Psychologin; Lehrerin für Krankenschwestern
dienstags, ab 7. Februar,
18.00 - 19.30 Uhr, 15 Abende (30 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 75,00 €

CE3801
Russisch für Anfänger/-innen



Lehrbuch: Kljutschi 1 (Hueber-Verlag), ISBN 3-19-014471-6, und Arbeitsbuch, ISBN 3-19014471-0, ab Lektion 1

Olga Hilmer
mittwochs, ab 8. Februar,
18.30 - 20.00 Uhr, 15 Abende (30 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 75,00 €

CE3802
Russisch Mittelstufe

Lehrmaterial wird im Unterricht abgesprochen.

Olga Hilmer
donnerstags, ab 2. Februar,
19.00 - 20.30 Uhr, 15 Abende (30 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 75,00 €

CE3901
Norwegisch IV

Lehrbuch: God Tur (ISBN 978-3-926972-63-7), ab Lektion 17

Zusatzmaterial aus der Wochenzeitung „Svalbardposten“ mit Neuigkeiten von der hocharktischen norwegischen Inselgruppe Svalbard (Spitzbergen).

Petra Petersen, Lehrerin (StR)
dienstags, ab 7. Februar,
18.45 - 20.15 Uhr
(kein Unterricht vom 1. 5. bis 11. 6.),
14 Abende (28 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 5
Gebühr: 70,00 €

CE3903
Portugiesisch / Brasilianisch
für Anfänger/-innen

Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

Helena Santos-Blidon
dienstags, ab 7. Februar,
20.10 - 21.40 Uhr, 15 Abende (30 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 75,00 €

CE3904
Portugiesisch / Brasilianisch V

Lehrbuch: Oi, Brasil (Hueber Verlag), ISBN 978-3-19-005420-6, und Arbeitsbuch, ISBN 978-3-19-035420-7, ab Lektion 10

Helena Santos-Blidon
dienstags, ab 7. Februar,
18.30 - 20.00 Uhr, 15 Abende (30 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 75,00 €

CE3905
Arabisch
für Anfänger/-innen



Dieser Kurs bietet Teilnehmenden ohne jegliche Vorkenntnisse einen ersten Einstieg in die arabische Sprache. Wer diesen Kurs besucht, sollte am Ende des Semesters erste einfache Dialoge beherrschen können.

Omar Tesoudali, Student
dienstags, ab 7. Februar,
18.30 - 20.00 Uhr, 13 Abende (26 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 65,00 €

Die Volkshochschule Celle sucht Dozenten für Sprachen:

Deutsch als Fremdsprache/ Zweitsprache
Analphabetenkurse
Englisch - Finnisch
Neugriechisch

Bitte rufen Sie uns an:
(0 51 41) 92 98-0



Projekt „Kulturelle KLICKS“: Hollandräder
Foto: Ralf Schumacher

Sprachen

Alphabetisierung / Deutsch

Programmbereichsleitung:
Birgit Schwier-Fuchs

CE6100
Wer kann nicht schreiben?
Fachtag zur Analphabetismus-Diagnostik

Termin auf Anfrage

CE6101
Lesen und Schreiben lernen

Der Anteil von Menschen in unserer Gesellschaft, die kaum oder ganz unzureichend lesen und schreiben können, ist leider höher als die meisten vermuten. Trotz vieler Hilfen und Tricks (Piktogramme, mit dem Finger zeigen, „Brille vergessen" usw.) ist der Alltag für die Betroffenen mit Schwierigkeiten gepflastert. Auch beruflich sind die Chancen ohne diese Kulturtechniken sehr gering.
Dieses Kursangebot der VHS Celle soll den Betroffenen eine systematische, aber auch individuelle Hilfe zum Lesen und Schreiben bieten. Es ist also geeignet für Teilnehmende ohne oder mit minimalen Kenntnissen im Lesen und Schreiben. Die Dozentin wird zu Kursbeginn den persönlichen Leistungsstand erfassen und dann den Stoff der konkreten Lerngruppe anpassen.

Anna Skowron
samstags, ab 11. Februar,
10.00 - 11.30 Uhr, 13 Vormittage (26 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 6
Gebühr: 60,00 €

CE6102
Grundkurs Alphabetisierung

In Zusammenarbeit mit der Lebenshilfe Celle e.V.

Stephan Sänger
donnerstags, ab 2. Februar,
17.00 - 18.00 Uhr, 15 Abende (20 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 20,00 €

CE6103
Lesen und Schreiben lernen

In Zusammenarbeit mit der Lebenshilfe Celle e.V.

Stephan Sänger
donnerstags, ab 2. Februar,
18.00 - 19.00 Uhr, 15 Abende (20 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 20,00 €

CE6104
Lesen und Schreiben lernen

In Zusammenarbeit mit der Lebenshilfe Celle e.V.

Stephan Sänger
donnerstags, ab 2. Februar,
19.00 - 20.00 Uhr, 15 Abende (20 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 20,00 €

CE6105
Lesen und Schreiben lernen

In Zusammenarbeit mit dem Albert-Schweitzer-Familienwerk, Hermannsburg

Stephan Sänger
dienstags, ab 7. Februar,
18.15 - 19.00 Uhr, 15 Abende (15 UStd.)
Albert-Schweitzer-Familienwerk,
Sägenförth 30, Hermannsburg
Gebühr: 23,00 €

CE6106
Lesen und Schreiben lernen

In Zusammenarbeit mit der Werk- und Lebensgemeinschaft Dalle

Stephan Sänger
montags, ab 6. Februar,
18.45 - 19.30 Uhr, 15 Abende (15 UStd.)
Werk- und Lebensgemeinschaft Dalle
Gebühr: 23,00 €



CE6107
Lesen und Schreiben lernen

In Zusammenarbeit mit der Werk- und Lebensgemeinschaft Dalle

Stephan Sänger
montags, ab 6. Februar,
19.30 - 20.15 Uhr, 15 Abende (15 UStd.)
Werk- und Lebensgemeinschaft Dalle
Gebühr: 23,00 €

CE6108
Lesen und Schreiben lernen

In Zusammenarbeit mit der Werk- und Lebensgemeinschaft Dalle

Stephan Sänger
montags, ab 6. Februar,
20.15 - 21.00 Uhr, 15 Abende (15 UStd.)
Werk- und Lebensgemeinschaft Dalle
Gebühr: 23,00 €

Deutsch als Fremdsprache

Beratung und Einstufung:
Ein Beratungs- und Einstufungsabend für die Deutschkurse findet am Dienstag, 24. Januar, 18.30 Uhr, in der VHS, Trift 20, Raum A statt.

CE6301
A1.1 Deutsch als Fremdsprache

Lehrbuch: Schritte plus 1, ISBN 978-3-19-011911-0

Anna Skowron
donnerstags und dienstags,
2. Februar - 5. Juni, 18.00 - 20.15 Uhr,
28 Abende (84 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 151,20 €

CE6302
A1.2 Deutsch als Fremdsprache

Lehrbuch: Schritte plus 2, ISBN 978-3-19-011912-7

Andrea Nohr,
Fremdsprachenkorrespondentin
donnerstags und dienstags,
2. Februar - 19. Juli, 17.00 - 18.30 Uhr,
41 Abende (82 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 2
Gebühr: 147,60 €

CE6303
A2.1 Deutsch als Fremdsprache

Lehrbuch: Schritte plus 3, ISBN 978-3-19-011913-4

Sonja Richtzenhain
mittwochs und montags,
1. Februar - 4. Juni,
18.00 - 20.15 Uhr, 28 Abende (84 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 151,20 €

CE6304
A2.2 Deutsch als Fremdsprache

Lehrbuch: Schritte plus (Ausgabe wird im Kurs bekannt gegeben)

Sigrid Menk, M.A.
donnerstags und montags,
2. Februar - 4. Juni, 18.00 - 20.15 Uhr,
28 Abende (84 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 151,20 €

CE6306
B1.2 Deutsch als Fremdsprache

Lehrbuch: Berliner Platz (Ausgabe wird im Kurs bekannt gegeben)

Elke Sänger
mittwochs und montags,
1. Februar - 4. Juni, 18.00 - 20.15 Uhr,
28 Abende (84 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 151,20 €

CE6307
Vorbereitung auf die B 1-Prüfung
Trainingskurs

Inhalt: Prüfungsanforderungen, Prüfungsinhalte, Aufgabenbeispiele, Beispielprüfungen

Sonja Richtzenhain
Samstag, 2. Juni,
9.00 - 16.00 Uhr (8 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 15,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE6308
Zertifikat B1-Prüfung

Schriftliche und mündliche Prüfung (telc)
Anmeldeschluss: 20. Januar

Bitte Pass mitbringen!

Dozent wird noch bekannt gegeben.
Samstag, 25. Februar,
9.00 - 16.00 Uhr (9,3 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 3
Gebühr: 125,00 €

CE6309
Zertifikat B1-Prüfung

Schriftliche und mündliche Prüfung (telc)
Anmeldeschluss: 4. Mai

Bitte Pass mitbringen!

Dozent wird noch bekannt gegeben.
Samstag, 9. Juni,
9.00 - 16.00 Uhr (9,3 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 3
Gebühr: 125,00 €

CE6310
B2 Deutsch als Fremdsprache

Dieser Kurs führt zum B2-Niveau, auf Wunsch kann die Prüfung gemacht werden. Gute Sprachkenntnisse sind erforderlich, die B1-Prüfung ist für die Teilnahme nicht Voraussetzung.

Das Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

Luise Welge, Lehrerin
mittwochs und montags,
1. Februar - 4. Juni, 18.00 - 20.15 Uhr,
28 Abende (84 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 151,20 €

CE6311
C1 Deutsch als Fremdsprache

Dieser Kurs führt zum C1-Niveau, auf Wunsch kann die Prüfung gemacht werden. Gute Sprachkenntnisse sind erforderlich, die B2-Prüfung ist für die Teilnahme nicht Voraussetzung.

Das Lehrbuch wird im Kurs bekannt gegeben.

Dozent wird noch bekannt gegeben.
donnerstags und dienstags,
2. Februar - 5. Juni, 18.00 - 20.15 Uhr,
28 Abende (84 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 151,20 €

CE6319


Deutschland kompakt
Ein Projekt mit Unterstützung des Landkreises Celle / Integration und Migration

Sie sind schon einige Zeit hier, haben die deutsche Sprache erlernt und kennen sich in Ihrer Stadt aus. Trotzdem hatten Sie bisher vielleicht keine Gelegenheit, sich über die Versorgungssysteme der Bundesrepublik Deutschland zu informieren. Vielleicht sind Sie auch auf der Suche nach Möglichkeiten sich in der Gesellschaft zu engagieren. In dieser Veranstaltung geht es um Rechte und Pflichten, um Aufgabenverteilungen und Mitwirkungsmöglichkeiten.
Folgende Themen werden angesprochen:
Aufenthaltsbelange, Sozialversicherungssystem, Bildungssystem, Gesundheit und Gesundheitswesen, ehrenamtliches Engagement, Beteiligungsmöglichkeiten mit und ohne deutsche Staatsbürgerschaft, Aufgaben der Kommunen, der Bundesländer und des Bundes.

Birgit Schwier-Fuchs und externe ReferentInnen
in Kooperation und mit Unterstützung des Landkreises Celle
28.2.2012 – 22.3.2012, dienstags, mittwochs, donnerstags, 8.35 bis 12.00 Uhr
(50 Unterrichtsstunden)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 30.- €

Deutsch für Alle

CE6330
Sütterlin - eine alte Schrift kommt wieder in Mode

Sütterlin erfreut sich bei Jung und Alt großer Beliebtheit. Alte Briefe und Kochrezepte lesen oder Widmungen und Karten in Sütterlin abfassen - das sollen Themen dieser Veranstaltung sein.

Bitte Füllfederhalter oder Ähnliches mitbringen!

Birgit Schwier-Fuchs
dienstags, ab 14. Februar,
15.00 - 16.30 Uhr, 2 Nachmittage (4 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 11,50 € (inkl. Materialkosten)

CE6331
Deutsche Rechtschreibung kompakt
Wochenendkurs

Groß oder klein? Getrennt oder zusammen? Strasse oder Straße?
Hier stehen die Wünsche der Teilnehmerinnen und Teilnehmer im Vordergrund. Die deutsche Rechtschreibung besteht aus einer Vielzahl von Regeln, die so manche Probleme bereiten. An zwei Abenden sollen die wichtigsten Regeln besprochen und geübt werden.

Ulrike Stumme
Samstag, 18. Februar,
10.00 - 16.00 Uhr (6 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 15,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE6332
Deutsche Grammatik kompakt

In einem oder in einen Weg? Wegen des oder wegen dem?
Hier stehen die Wünsche der Teilnehmerinnen und Teilnehmer im Vordergrund. Die deutsche Grammatik besteht aus einer Vielzahl von Regeln, die so manche Probleme bereiten. An zwei Abenden sollen die wichtigsten Regeln besprochen und geübt werden.

Sonja Richtzenhain
Montag, 11. Juni und Mittwoch 13. Juni, jeweils 18.00 - 20.15 Uhr,
2 Abende (6 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 15,00 €

CE6333
Plattdüütsch för Celle

Tro di wat, snack, proot, köör mool Platt!
De Plattdüütsch-Stiftung Neddersassen deit veel
för´t Nedderdüütsche in uns Rebeet.
Un ook de VHS Celle ward jüst wieter helpen,
mit Kortgeschichden, Riemels, Döntjes op Platt.
Eenfach toluustern . . . un sülms vördrogen.
Tro di dat!
Die Plattdüütsch-Stiftung Neddersassen kümmert

Für die Einbürgerung

CE6320
Informationsveranstaltung zum Einbürgerungstest

Die Prüfung und Beispiele aus dem Fragenkatalog werden vorgestellt.

Sigrid Eckenigk, Lehrerin
Dienstag, 20. März, 17.00 - 19.15 Uhr (3 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 7,50 €

Eine persönliche Anmeldung in der Geschäftsstelle und Bezahlung der Gebühr ist vorgeschrieben

CE6321
Einbürgerungstest im Februar
Anmeldeschluss: 10. Januar 2012

Dienstag, 14. Februar, 16.00 - 17.00 Uhr (1,3 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 25,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE6322
Einbürgerungstest im April
Anmeldeschluss: 16. März 2012

Dienstag, 17. April, 16.00 - 17.00 Uhr (1,3 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 25,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE6323
Einbürgerungstest im Juni
Anmeldeschluss: 25. Mai 2012

Dienstag, 26. Juni, 16.00 - 17.00 Uhr (1,3 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 25,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE6324
Einbürgerungstest im September

Anmeldeschluss: 20. Juli 2012

Dienstag, 4. September, 16.00 - 17.00 Uhr (1,3 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 25,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE6307
Vorbereitung B 1-Prüfung
Trainingskurs

Inhalt: Prüfungsanforderungen, Prüfungsinhalte, Aufgabenbeispiele, Beispielprüfungen

Sonja Richtzenhain
Samstag, 2. Juni, 9.00 - 16.00 Uhr (8 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 15,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE6308
Zertifikat B1-Prüfung

Schriftliche und mündliche Prüfung (telc)
Anmeldeschluss: 20. Januar

Bitte Pass mitbringen!.

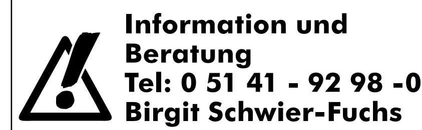
Samstag, 25. Februar, 9.00 - 16.00 Uhr (9,3 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 3
Gebühr: 125,00 €

CE6309
Zertifikat B1-Prüfung

Schriftliche und mündliche Prüfung (telc)
Anmeldeschluss: 4. Mai

Bitte Pass mitbringen!

Samstag, 9. Juni, 9.00 - 16.00 Uhr (9,3 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 3
Gebühr: 125,00 €


Information und Beratung
Tel: 0 51 41 - 92 98 -0
Birgit Schwier-Fuchs

Der Gemeinsame Europäischer Referenzrahmen (GER)

Hier finden Sie eine Beschreibung der einzelnen Niveaustufen (telc)
- **A1 - A2 - B1 - B2**
die für fast alle europäischen Sprachen Gültigkeit hat.

Wir führen in der VHS Celle die Sprachprüfungen bis B1 mit telc durch.
Beachten Sie die speziellen Informationsveranstaltungen zu Deutsch und Englisch.

Für weitere Fragen stehen wir gern zur Verfügung.
Wir beraten Sie gern, rufen Sie uns an unter 05141/9298-0.

A1 Hören: Ich kann vertraute Wörter und ganz einfache Sätze verstehen, vorausgesetzt es wird langsam und deutlich gesprochen.

Lesen: Ich kann einzelne vertraute Namen, Wörter und ganz einfache Sätze verstehen, z.B. auf Schildern, Plakaten oder in Katalogen.

Sprechen: Ich kann mich auf einfache Art verständigen. Ich kann einfache Sätze gebrauchen, um bekannte Leute zu beschreiben und um zu beschreiben, wo ich wohne.

Schreiben: Ich kann eine kurze, einfache Postkarte schreiben, z.B. Feriengrüße.

A2 Hören: Ich kann sehr einfache Informationen verstehen. Ich verstehe das Wesentliche von kurzen, klaren und einfachen Mitteilungen und Durchsagen.

Lesen: Ich kann in einfachen Texten (Prospekten, Speisekarten, Fahrplänen . . .) konkrete Informationen und einfache persönliche Briefe verstehen.

Sprechen: Ich kann mich in einfachen, routinemäßigen Situationen verständigen. Ich kann mit einer Reihe von Sätzen mein persönliches und berufliches Umfeld beschreiben.

Schreiben: Ich kann kurze, einfache Notizen und Mitteilungen schreiben. Ich kann einen ganz einfachen persönlichen Brief schreiben, z.B. um mich für etwas zu bedanken.

B1 Hören: Ich kann die Hauptinformationen verstehen, wenn es um Arbeit, Schule, Freizeit usw. geht. Ich kann Sendungen verstehen, wenn deutlich gesprochen wird.

Lesen: Ich kann Texte in Alltags- oder Berufssprache verstehen. Ich kann private Briefe verstehen, in denen von Ereignissen und Wünschen berichtet wird.

Sprechen: Ich kann an Gesprächen über Familie, Hobbys, Arbeit, Reisen oder aktuelle Ereignisse teilnehmen.

Schreiben: Ich kann einfache Texte über vertraute Themen schreiben. Ich kann in persönlichen Briefen von meinen Erfahrungen und Eindrücken berichten.

B2 Hören: Ich kann längeren Redebeiträgen und Vorträgen folgen und Nachrichtensendungen, Reportagen und Spielfilme verstehen.

Lesen: Ich kann Artikel und Berichte lesen und dabei Standpunkte des Autors verstehen. Ich kann zeitgenössische literarische Prosatexte verstehen.

Sprechen: Ich kann mich mit Muttersprachlern in Gesprächen verständigen und mich aktiv an Diskussionen beteiligen.

Schreiben: Ich kann in Berichten Informationen wiedergeben und Argumente darlegen.

Integrationskurse

Fachberatung: Birgit Schwier-Fuchs
Tel.: 0 51 41 / 92 98-0

Sachbearbeitung: Babette Winkler
Tel.: 0 51 41 / 92 98-13

INTEGRATIONSKURS
645 Unterrichtseinheiten (UE)

BASISSPRACHKURS			AUFBAUSPRACHKURS			ORIENTIERUNGSKURS
100 UE	100 UE	100 UE	100 UE	100 UE	100 UE ZIEL: B1 (Ger) Prüfung: Deutschtest für Zuwanderer (DTB)	• Rechtsordnung • Kultur • Geschichte Prüfung nach Abschluss des Orientierungskurses
300 UE			300 UE			45 UE

Wer kann an einem Integrationskurs teilnehmen?
- Ausländer, die neu zugewandert sind und sich auf Dauer in Deutschland aufhalten wollen.
- Ausländer, die bereits längere Zeit in Deutschland leben, aber geringe Kenntnisse der deutschen Sprache haben.
- Bürger der Europäischen Union.
- Neu eingereiste Spätaussiedler.
- Bürger, die die deutsche Staatsbürgerschaft erworben haben, aber über geringe deutsche Sprachkenntnisse verfügen.

Über die Teilnahmeberechtigung bzw. -verpflichtung entscheiden das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge, die Ausländerbehörden der Stadt bzw. des Landkreises Celle oder die Agentur für Arbeit.

Die Kurse sind auch offen für Personen, die weder teilnahmeverpflichtet noch teilnahmeberechtigt sind, sofern sie die Kursgebühren in Höhe von 2,35 € pro Unterrichtsstunde selbst finanzieren.

Die Volkshochschule Celle führt die Integrationskurse als Basis- und Aufbausprachkurse mit insgesamt 600 Unterrichtsstunden sowie Orientierungskurse mit 45 Unterrichtsstunden durch. Alphabetisierungskurse umfassen 945 Unterrichtsstunden. Alle Kurse sind so aufgebaut, dass Teilnehmer entsprechend ihren Vorkenntnissen einen passenden Einstieg finden können. Die Vorkenntnisse werden durch einen Einstufungstest festgestellt.

Die Integrationskurse werden vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge gefödert.



Die Volkshochschule Celle ist vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge als Sprachkursträger für Integrationskurse zugelassen.

Wenn Sie für die Teilnahme an einem Integrationskurs eine Bestätigung, eine Verpflichtung oder eine Zulassung gemäß § 44 a des Aufenthaltsgesetzes haben, reichen Sie diese bitte bei der Volkshochschule ein. Sie erhalten dann einen Termin für eine Beratung und einen Einstufungstest.
Weiteres Informationsmaterial ist in der Volkshochschule erhältlich.

Die Kurse finden montags bis freitags in der Zeit von 8.00 – 12.15 Uhr statt. Wöchentlich werden 25 Unterrichtsstunden erteilt. Die Integrationskurse dauern je nach Kurstyp zwischen ca. 7 und 12 Monaten. Sie beginnen, sobald sich genügend Teilnehmer angemeldet haben.

Zielsetzung:
Die Kurse dienen der erfolgreichen Vermittlung
- von ausreichenden Kenntnissen der deutschen Sprache und
- von Alltagswissen sowie von Kenntnissen der Rechtsordnung, der Kultur und der Geschichte Deutschlands, insbesondere auch der Werte des demokratischen Staatswesens der Bundesrepublik Deutschland und der Prinzipien der Rechtsstaatlichkeit, Gleichberechtigung, Toleranz und Religionsfreiheit.

Angestebt wird das Erreichen des Sprachniveaus B1 des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens für Sprachen.

Die erfolgreiche B1-Prüfung ist Voraussetzung für die Einbürgerung in die Bundesrepublik Deutschland. Darüber hinaus erleichtert das Sprachniveau die Eingliederung in den ersten Arbeitsmarkt.



Gesundheit

Programmbereichsleitung:
Tessa Twele

Bildungsurlaub

CE4100

Blütezeit statt Ruhestand



Bildungsurlaub

In diesem inspirierenden Seminar werden wir uns mit einer kreativen und positiven Vision der reifen, älteren Lebensphase beschäftigen. Folgende sieben Themen werden uns beschäftigen:

- Schätze der Vergangenheit
- Quellen von Gesundheit und Lebensfreude
- Bewegung und Veränderung
- ArbeitsFreude
- Interessen
- Beziehungen
- Meditation

Spannende Diskussionen und Vorträge, Selbstchecks und das Formulieren neuer Schritte, ergänzt um förderliche Übungen, erschaffen eine individuelle Vision.

Cord Cordes, Dipl.-Pädagoge, Trainer & Coach
Montag, 15. bis Freitag, 19. Oktober, 9.00 - 16.30 Uhr, 5 Tage (40 UStd.)
VHS, Trift 20, Saal
Gebühr: 120,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE4300

Sommer-VHS: Die Feldenkrais-Methode



Bildungsurlaub

Die Teilnehmenden lernen die Methode nach Dr. Moshé Feldenkrais (1904 bis 1984) kennen. In jahrzehntelanger Forschung hat er einen neurophysiologisch fundierten Weg des Lernens durch Bewegung entwickelt. Moshé Feldenkrais entdeckte und erforschte am eigenen Körper und mit anderen Menschen, darunter Wissenschaftlern seiner Zeit, die Zusammenhänge von Bewegung, Wahrnehmung, Fühlen und Denken, um sie für Lernprozesse zu nutzen.
Bewegung ist Leben, alles was wir tun, denken und fühlen ist mit Bewegung verbunden. Ändern wir Bewegungsmuster, so setzen wir eine Veränderung der Denk- und Gefühlssysteme in Gang.
Der Bildungsurlaub stellt die theoretischen Grundlagen und weitere Hintergründe der Feldenkrais-Methode vor und erprobt sie an exemplarischen Übungen. Berufstätige erfahren Methoden zur Gesunderhaltung am Arbeitsplatz, Menschen aus pädagogischen und/oder medizinischen Berufen lernen neue Methoden und Konzepte kennen.

Sabine Bahnemann, Feldenkrais-Lehrerin
Montag, 27. bis Freitag, 31. August, 9.00 - 16.30 Uhr (40 UStd.)
VHS, Trift 20, Saal
Gebühr: 120,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich



Weitere Feldenkrais-Angebote CE 4314 und CE 4315

CE4301

Stressbewältigung

... zur Ruhe kommen
Bildungsurlaub

Die Auswirkungen von Stress auf unser tägliches Leben und die Möglichkeiten der Reduzierung sind zu einem wichtigen Thema in unserem Leben geworden.
Viele haben die Auswirkungen erkannt bzw. auch schon erfahren, was die falsche Art von Stress sowohl körperlich als auch seelisch mit uns macht. Ebenso mahnen Mediziner immer häufiger, langsam zu machen, sich Zeit zu nehmen, in sich hinein zu hören ...
Diese Woche beschäftigt sich intensiv mit dem Thema Stress und Stressbewältigung. Sie lernen und erfahren ihre Bewältigungsstrategien.

Christine Wortmann, Gesundheitsberaterin
Montag, 5. bis Freitag, 9. November, 9.00 - 16.30 Uhr, 5 Tage (40 UStd.)
VHS, Trift 20, Saal
Gebühr: 120,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

Stress und Entlastung

CE4101

Stress und Burn-Out

als Chance zu einer neuen Lebensbalance

Was ist eigentlich Stress und wie kann ich ihn vermeiden? Und ist es wirklich sinnvoll dem Stress zu entfliehen? Negativ erlebter Stress hat vor allem mit inneren Einstellungen und Erwartungen zu tun. Das Gehirn und das Nervensystem spielen dabei eine zentrale Rolle. Wie kann ich den Stress mit seinen vielen Ausdrucksformen als Chance begreifen und für mich nutzbar machen?
Sie lernen etwas über Entstehung und Funktion von Blockaden, die die Leistungsfähigkeit und Belastbarkeit mindern, und erfahren praktische Interventionen, die die innere Spannungen abbauen helfen.

Marion Hoffmann, Dipl.-Sozialpäd., Heilprak.f.Psychotherapie, Kinesiologin
Donnerstag, 23. Februar, 19.00 - 21.15 Uhr (3 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 3
Gebühr: 7,50 €

CE4102

Burn-Out - die Folge der ständigen Überforderung



Wochenendseminar

Wer sich im Beruf und im privaten Lebensbereich über lange Zeit bis an die Grenzen seiner Leistungsfähigkeit fordert, ist in Gefahr auszubrennen – nicht ahnend, wie destruktiv die körperliche, seelische und geistige Erschöpfung die eigene Persönlichkeit verändert und auf andere Menschen negativ wirkt.
Der Körper reagiert auf dauerhafte Belastungen mit den verschiedensten



Projekt „Kulturelle KLICKS": „Details Arbeitsleben"
Foto: Jan Kuhtz

Beschwerden und Krankheiten. Menschen leiden oft erheblich, wenn sie für Probleme und Stress kein Ende mehr sehen und eine Lösung unmöglich erscheint.
Dieses Seminar bietet Möglichkeiten und Chancen Burn-Out frühzeitig

- zu verhindern
- zu erkennen
- und zu bewältigen.

Demnächst sind Sie in der Lage, die Grenzen der Belastbarkeit besser zu erkennen und dauerhaft einhalten zu können. Gemeinsam werden wir alltagstaugliche Lösungen für die Zukunft erarbeiten.
Die berufliche oder private Lebenssituation der Teilnehmenden kann auf Wunsch genauer betrachtet werden.

Sonja Elisabeth Wötzel, Dipl.-Sozialpäd., Fachref. für Sozialmanagement, Persönlichkeitsentwicklung & Gesundheitsförderung
Samstag, 10. März,
9.00 - 13.30 Uhr (6 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 2
Gebühr: 15,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich



Projekt „Kulturelle KLICKS": „Industriespuren"
Foto: Jürgen Behlau

CE4103

Mit Ayurveda zu Ruhe und Gelassenheit

Aus ayurvedischer Sicht gibt es viele Stressfaktoren, die unsere Gesundheit negativ beeinflussen. Ayurveda lehrt uns, wie wir durch Meditation und Atemübungen mit unvermeintlichem Stress besser umgehen und durch umsichtiges Verhalten vermeintlichen Stress aus unserem Alltag verbannen können.
Hier erhalten Sie wertvolle Tipps, wie Sie „Prana", die Lebensenergie, wieder zum Fließen bringen und so zu innerer Ruhe und Gelassenheit finden.

Bitte ein Handtuch, dicke Socken und Schreibunterlagen für Notizen mitbringen.

Gaby Böhm, Ayurveda Praktikerin
Freitag, 2. März,
17.00 - 21.30 Uhr (6 UStd.)
„Sanara", Landgestütstraße 34
Gebühr: 15,00 €

CE4104

Meridian-Energie-Techniken (M.E.T.)

Wochenendseminar

Die Ursache für jedes belastende Gefühl ist eine Unterbrechung im Energiestrom des Körpers. Ein solcher „energetischer Kurzschluss" wird z.B. durch die Erinnerung an belastende Erlebnisse oder die Angst vor bestimmten Situationen ausgelöst.
Durch Beklopfen bestimmter Punkte auf den Energiebahnen (Meridiane) des Körpers werden die Beschwerden aufgelöst und der natürliche Energiefluss wieder hergestellt.
M.E.T ist gut anzuwenden bei seelischen und körperlichen Beschwerden.

Marion Burstedde, Heilpraktikerin
Samstag, 18. Februar,
14.00 - 20.15 Uhr (8 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 5
Gebühr: 20,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE4105

Chinesische Quantum Methode (QM)

Ein erstes Kennen lernen

QM ist eine mentale Vorgehensweise, um die energetischen Ursachen von Problemen aufzufinden.
Energetische Schwächen werden in Stärken umgewandelt. Hierbei werden die verschiedenen Lebens- und Einflussbereiche mit einbezogen. Die Kernursache wird aufgespürt und im zentralen Nervensystem mental korrigiert. QM ist gut anzuwenden bei seelischen und körperlichen Beschwerden.

Marion Burstedde, Heilpraktikerin
Dienstag, 7. Februar,
19.00 - 21.15 Uhr (3 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 3
Gebühr: 7,00 €

CE4106

Kiefergelenkentspannung

ein Informationsabend über R.E.S.E.T.

„Zähne zusammenbeißen und durch", wer kennt das nicht; besonders in Situationen wie Prüfung, Arbeit oder Krankheit, in denen wir funktionieren müssen. Das Zähne zusammen beißen kann vielfältige Folgen haben. Vor allem nachts kaue oder beiße ich die Probleme des Tages noch einmal durch, was zu Schlafproblemen führen kann. Ein verspannter Schulter- und Nackenbereich kann ein erstes Signal für Kiefergelenkprobleme sein. Da bekannt ist, dass die Kiefergelenke mit dem Beckenknochen korrespondieren, können auch Wirbelsäulenblockaden, Verdrehungen des Beckens oder scheinbare Beinlängendifferenzen ihre Ursachen im Kiefergelenk haben. Umgekehrt können sich Haltungsschäden negativ auf einen „gesunden Biss" auswirken.
Mit Hilfe des R.E.S.E.T. kann man die verkrampfte Muskulatur rund um das Kiefergelenk entspannen.
R.E.S.E.T. ist die Abkürzung für Rafferty Energy System of Easing the TMJ (Rafferty Energie System zur Entspannung des Kiefergelenks).

Torsten Ritter, Kino Mana Practitioner
Dienstag, 6. März,
18.00 - 20.45 Uhr (3 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 7,00 €

CE4107

Kinesiologie

Ein Weg zur körperlichen und seelischen Balance

Energieblockaden wirken (leistungs-) hemmend. Sie können zu Lernstörungen, Verspannungen, Unwohlsein und auch Krankheit führen. Durch spezielle, in der Kinesiologie entwickelte Muskeltests besteht die Möglichkeit, Energieblockaden aufzuspüren und sie mittels Bewegungsübungen, Berühren oder Massieren von Reflexpunkten zu beheben.
Anknüpfend an die chinesische Meridianlehre werden in unterschiedlichen Konzeptionen der Kinesiologie, wie z.B. Edukinesthetik (Lernen durch Bewegung) und Touch for Health (Gesund durch Berühren), Möglichkeiten zur Harmonisierung des Flusses der Körperenergien entwickelt.
Es werden Einblicke in theoretische Konzeptionen vermittelt sowie Grundlagen der Praxis erprobt.

Hildegard Busch, Lehrerin und Kinesiologin für EduK, TfH und Three in One Concepts
donnerstags, ab 8. März,
18.30 - 20.00 Uhr, 2 Abende (4 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 10,00 €

CE4108

Ayurveda-Wellness

Tauchen Sie ein in den „Ayurveda", der Wissenschaft vom langen Leben und erfahren Sie, wie sich Körper, Geist und Seele positiv mit Ayurveda beeinflussen lassen.
Mit Kosmetik, Massagen, Meditationen und Ernährung fördern wir Gesundheit und Ausstrahlung. Sie erhalten wertvolle Tipps, die Sie für mehr Wohlbefinden leicht zuhause umsetzen können, außerdem praktische Anleitungen für entspannte Selbst- und Partnermassage.

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen Sie ein großes Handtuch sowie warme Socken mit.

Gaby Böhm, Ayurveda Praktikerin
Freitag, 24. Februar,
17.00 - 21.30 Uhr (6 UStd.)
Sanara, Zentr. f. Enspannung und Wohlbefinden, Landgestütstr. 34
Gebühr: 15,00 €

CE4109
Ayurveda-Wellness

Kursinhalt s. o.

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen Sie ein großes Handtuch sowie warme Socken mit.

Gaby Böhm, Ayurveda Praktikerin
Freitag, 1. Juni,
17.00 - 21.30 Uhr (6 UStd.)
Sanara, Zentr. f. Enspannung und Wohlbefinden, Landgestütstr. 34
Gebühr: 15,00 €

CE4110
Wer nicht genießt wird ungenießbar!
Genuss-Fähigkeit – eine lebenswichtige Ressource
Wochenendseminar

In der Hektik zwischen Arbeit und Familie kommt oft das Wichtigste im Leben zu kurz: Genuss und Lebensfreude.
Je mehr der Alltag voll ist mit Dingen, die wir tun müssen, bleibt kaum noch Zeit für Entspannung und Erholung. Die Wahrnehmung für romantische Stimmungen und von einmalig schönen Situationen bleibt bei Stress meist aus. Menschen, die kaum noch genießen können, wirken oft depressiv und gelten als stark suizid-gefährdet. Psychisch kranke Menschen können schließlich fast nichts mehr in ihrem Leben genießen.
Doch auch dann ist die Situation nicht hoffnungslos, auch genießen kann man (wieder) lernen. In Reha-Kliniken werden deshalb regelrechte Genusstrainings angeboten.
In diesem Seminar können Sie alte Ressourcen wieder entdecken und neue Genussmöglichkeiten kennen lernen. Probieren Sie es aus!

Sonja Elisabeth Wötzel, Dipl.-Sozialpäd., Fachref. für Sozialmanagement, Persönlichkeitsentwicklung & Gesundheitsförderung
Samstag, 4. Februar,
9.00 - 13.30 Uhr (6 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 3
Gebühr: 15,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

Wir bitten auch bei Einzelveranstaltungen um Anmeldung!

Nur so können Sie sicherstellen, dass wir von Ihrem Interesse erfahren und Ihr Wunschangebot auch stattfinden kann.
Vielen Dank ...

Gesundheitsthemen

CE4111
Hören Sie auf Ihren Bauch

Der Darm ist das größte Organ des Menschen und ein sehr sensibles. Ein gesunder Darm ist der Grundstock für Wohlbefinden. Eine gute Ernährung, Ausgeglichenheit und Glück wirken sich positiv auf die Arbeit des Darms aus, sonst gerät er schnell aus dem Gleichgewicht.
Wir sprechen über Entgiftung und Entschlackung des Körpers, aber auch über Nahrungsumstellung und Stressvermeidung. Tipps, wie Sie mit alternativen Heilmethoden (z.B. Homöopathie) etwas für Ihre Darm-Gesundheit tun können, runden das Thema ab. Lernen Sie die Sprache des Bauches zu verstehen.

Eva Bailly, Heilpraktikerin, Krankenschwester, Reiki-Lehrerin
Montag, 7. Mai,
18.00 - 20.15 Uhr (3 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 7,00 €

CE4112
Gewichtscoaching für Frauen



Innerhalb einer Gruppe von Gleichgesinnten lernen die Teilnehmerinnen, auf natürliche Weise Gewicht zu reduzieren und erfahren dabei gegenseitige Unterstützung und Motivation.
Unsere Themen sind:

- Wissenswertes über gesunde Lebensmittel und wie Sie den Körper nähren
- Analyse der eigenen Ess- und Trinkgewohnheiten
- Gezielte Lösungen zur nachhaltigen Änderung des eigenen Ernährungsverhaltens
- Prinzip der kleinen machbaren, aber effektiven Schritte
- „Neue Gedanken - Neue Figur“
- Sich selbst Gutes tun und zufrieden sein
- Bewusst ohne Verbote genießen
- Warum Bewegung so wichtig ist

Grit Rost, Heilpraktikerin, Ernährungs- und Diätberaterin
dienstags, ab 7. Februar,
20.00 - 21.30 Uhr, 4 Abende (8 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 20,00 €

CE4113
Typgerecht schminken
und richtig pflegen

Das persönliche Erscheinungsbild kann durch optimales Schminken positiv beeinflusst werden. Verschiedene Schminktechniken für ein Tages- und ein Abend-Make-up werden in praktischen Übungen vermittelt.
Viele Anregungen für die richtige Pflege runden das Seminar ab.

Bitte bringen Sie vorhandene Schminksachen und evtl. einen kleinen Spiegel mit!

Stephanie Nieber, staatl. gepr. Kosmetikerin
mittwochs, ab 25. April,
18.00 - 20.40 Uhr, 2 Abende (7,1 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 2
Gebühr: 24,80 € (inklusive Materialkosten)

CE4114
Schüssler Salze

Die Mineralstoffe nach Dr. Schüssler sind vielen bekannt.
Heute werden wir die Salze Nr. 1 bis 12 in ihrem Wirkungsspektrum einzeln vorstellen. Wirkungshindernisse und Wirkungsverstärker werden intensiv besprochen.

Martin Lamberts, Apotheker
Donnerstag, 9. Februar,
18.30 - 20.45 Uhr (3 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 7,00 €

CE4115
Bach Blüten & Schüssler Salze

... bilden eine gute Kombination. Wir besprechen den richtigen Einsatz der Bach Blüten und erläutern die optimale Ergänzung dieser zwei Mittel.

Martin Lamberts, Apotheker
Donnerstag, 23. Februar,
18.30 - 20.45 Uhr (3 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 7,00 €

CE4116
Wasser - das perfekte Element

... von Natur aus zur Verfügung gestellt, sollten wir es für unsere Gesundheit nutzen. Wasser hat auch bei vielen Therapien eine große Bedeutung. Alles Wissenswerte rund ums Wasser und natürlich Ihre Fragen sind die Themen.

Martin Lamberts, Apotheker
Donnerstag, 19. April,
18.30 - 20.45 Uhr (3 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 7,00 €

CE4117
Cholesterin

Cholesterin schadet - das ist die allgemeine Meinung. Doch wie ist es dazu gekommen? Gibt es andere Ansichten, andere Meinungen?
Der Vortrag wird versuchen, Vorbehalte und Ängste abzubauen und ergänzende Behandlungsmöglichkeiten aufzuzeigen.
Gern sind auch Ihre Fragen willkommen.

Martin Lamberts, Apotheker
Donnerstag, 1. März,
18.30 - 20.45 Uhr (3 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 7,00 €

CE4118
Vitalität steigern - aber wie?

Antriebslosigkeit, Müdigkeit - das kennen viele. Hier aber „Aufputschmittel“ einzusetzen, verbietet sich von selbst.
Welche Möglichkeiten bietet das Naturheilverfahren mehr Vitalität, mehr Lebensfreude zu gewinnen?

Martin Lamberts, Apotheker
Donnerstag, 3. Mai,
18.30 - 20.45 Uhr (3 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 7,00 €

CE4119

Begleitende Selbstmedikation bei schweren Erkrankungen

Angebote über das Internet

Rheuma, Krebs, Fibromyalgie ...
Auch für schwere Erkrankungen werden in den Medien, im Internet orthomolekulare Substanzen und auch „Wundermittel" angeboten. Diese Substanzen sind dann auch noch überteuert und eine Anleitung zur richtigen und sinnvollen Anwendung fehlt.
Dieser Abend möchte etwas Licht in diesen großen medizinischen Informationsdschungel bringen.

Martin Lamberts, Apotheker
Dienstag, 15. Mai,
18.30 - 20.45 Uhr (3 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 7,00 €



CE4120



Sport und Krebs

oder: Sport trotz Krebs

Sport ist gesund - keine Frage. Doch, welcher Sport ist für mich bzw. bei meiner Erkrankung gut und unterstützend? Ihre ganz individuellen Fragen finden hier Raum.

Dr. Holger J. Barenthin,
Facharzt für Chirurgie; Sportmedizin
Dienstag, 17. April,
18.30 - 20.45 Uhr (3 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 3
Gebühr: 7,00 €

CE4121



Leben mit MS

MS, Multiple Sklerose, ist eine Erkrankung mit tausend Gesichtern. Wir informieren über mögliche Ursachen und Auslöser, über die körperlichen, oft sehr facettenreichen Anzeichen, sprechen über den aktuellen Stand der Therapien in Verbindung mit den neuesten Forschungsergebnissen und schauen, wie wir ein Leben mit MS durch Ernährung und Sport gut begleiten können.

Prof. Dr. med. Wolfgang Heide,
Chefarzt der Neurologischen Klinik /AKH
Dienstag, 6. März,
18.30 - 20.45 Uhr (3 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 7,00 €

CE4122



Kraft schöpfen aus der Mitte des Herzens

Dieser Vortrag beleuchtet die bunte Welt unserer Gedanken, deckt Konditionierungen auf und gibt Einblicke, warum wir so sind wie wir sind und was wir selbst tun können, um künftig ein freudvolles, friedlicheres Leben zu führen.
Unbewusste negative Glaubenssätze und Denkmuster können unsere Gesundheit beeinträchtigen. Manch einer spürt das eher in seinem Denken und Fühlen, manch einer eher durch körperliche Erkrankungen unterschiedlichster Art.
Wenn wir etwas verändern wollen, können wir jetzt damit anfangen. Jetzt ist immer der richtige Augenblick.

Das Kennenlernen von Affirmationen und eine Meditation am Ende runden den Vortrag ab.

Margot Müller, HP Psychotherapie
Freitag, 20. April,
19.00 - 21.15 Uhr (3 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 3
Gebühr: 7,00 €

Meditation

CE4305

Meditation im buddhistischen Kloster

Wochenendseminar im Kloster Vien Giac

Meditation ist neben Ethik und Philosophie eine der Säulen des Buddhismus. Meditieren bedeutet „in die Mitte gehen und aus der Mitte kommen"; daher beinhaltet Meditation Achtsamkeit und Sammlung des Geistes.
Neben den buddhistischen Hintergründen und der Praxis der Meditation – besonders des Chan-Buddhismus bzw. des Zen und auch des Theravada und des Amida-Buddhismus – werden wir uns auch kurz mit dem Begriff Meditation in der Mystik anderer Religionen beschäftigen.
Das Seminar findet in Hannover-Mittelfeld, im buddhistischen Kloster Vien Giac (Ort der vollkommenen Erleuchtung), statt. Es ist das Zentrum der religiösen Aktivitäten der vietnamesischen Buddhisten in Deutschland, in dem die Buddha-Lehre gelebt wird.
Ein vegetarisches Mittagessen und eine kurze Führung durch das Kloster sind vorgesehen.
Die Fahrt zum Kloster erfolgt in Privat-PKW oder in Fahrgemeinschaften auf eigene Kosten und Verantwortung. Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, wenn Sie eine Mitfahrgelegenheit wünschen.
Gern erhalten Sie in der Geschäftsstelle der VHS auch eine Wegbeschreibung.

Hugo Cardenas
Samstag, 3. März,
10.00 - 16.15 Uhr (7 UStd.)
Kloster Vien Giac, Karlsruher Str. 6, Hannover
Gebühr: 17,50 € (hinzu kommen ca. 6,00 € für das Mittagessen; bitte bezahlen Sie diesen Betrag gleich vor Ort)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE4306

Geführte Meditation

Tore zum Bewusstsein

Anders als stille Meditation bieten geführte Meditationen innere Bilder an, die den Menschen bestimmte Erfahrungen machen lassen. Der Meditierende spürt dabei Energien, macht neue Erfahrungen und erlebt Veränderungen. Geist und Seele werden ins Gleichgewicht gebracht. Wir verbinden uns wieder mit uns selbst.
Regelmäßige Meditationen fördern ein mehr an Energie, Konzentration und Gelassenheit. Sie tragen bei zu besserer Stimmung und Entspannung. Sie verbessern den Umgang mit uns selbst und fördern Mitgefühl und Wärme im Umgang mit unseren Mitmenschen.
Das Seminar findet 14-tägig statt.

Bitte kommen Sie in bequemer Kleidung und bringen, wenn Sie sich gern hinlegen mögen, eine Decke und ein Kissen mit.

Margot Müller, HP Psychotherapie
Montag, 6. und 20. Februar,
5. und 19. März, 16. April,
7. und 21. Mai sowie 11. Juni,
jeweils 18.30 - 20.00 Uhr,
8 Abende (16 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 5
Gebühr: 40,00 €

CE4307

Energie wahrnehmen

Die Dimensionen verbinden sich
Wochenendseminar

Begriffe wie „Aura" oder „Energiefeld" sind für viele von uns eher Theorie, dabei wird es in dieser speziellen Zeit immer einfacher, Zugang zu den feinstofflichen

Wahrnehmungen zu bekommen, wie es z.B. in den „Prophezeiungen von Celestine" von J. Redfield beschrieben wird. Zugleich rückt der biophysikalische Aspekt unseres Systems zunehmend in den Fokus.
In diesem Seminar werden wir durch Erweiterung unseres Wahrnehmungsfeldes in immer subtilere Bereiche der feinstofflichen Ebenen vordringen. So erfahren wir unsere eigentliche, energetisch-spirituelle Natur.

Bitte bringen Sie eine Decke und warme Socken mit.

Peter Missler, Dipl.-Musikpädagoge
Freitag, 24. Februar, 18.00 - 21.00 Uhr,
Samstag, 25. Februar, 10.00 - 17.45 Uhr
(13 UStd.)
VHS, Trift 20, Gymnastikraum
Gebühr: 32,50 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE4308

Einführung in die Zen-Meditation

Wochenendseminar

Die Übung des konzentrierten Sitzens in Stille ist eine Wohltat - und weit mehr als dies. Es ist die Zeit, um Herz und Geist jenseits des Drucks des modernen Lebens und seiner Zerstreuungen ausgewogen, stabil und leuchtend klar werden zu lassen.
Zen gilt als ein Weg des natürlichen Lebens. Doch was meint hier der Begriff des Natürlichen und was heißt Konzentration? An vielen Aspekten lässt sich dies erfahren, angefangen mit der Körperhaltung und Atmung, den Gesten. Ein spezifischer Umgang mit den Dingen und der Umwelt gehört ebenso dazu und nicht zuletzt ein sich vertiefendes Verständnis der Wirklichkeit. Dies werden wir uns an hand einiger bekannter Dialoge alter Meister (Koans) vergegenwärtigen.

Bitte eine Decke und ein Kissen mitbringen.

Dagmar Doko Waskönig, Zen-Meisterin
Samstag, 2. Juni, 10.00 - 17.00 Uhr
Sonntag, 3. Juni, 10.00 - 14.30 Uhr
(14 UStd.)
VHS, Trift 20, Gymnastikraum
Gebühr: 35,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE4309

Heilhypnose erleben und erfahren

Für alle neugierigen Menschen, die bereit sind, einmal neue Wege zu gehen.
Sie erhalten in Theorie und mit vielen praktischen Übungen einen Eindruck von Hypnose. Weiterhin werden Sie Strategien entwickeln, um Selbsthypnose anzuwenden.

Andreas Johannes Stank, HP für Psychotherapie, Krankenpfleger, Pflegesachverständiger
mittwochs, ab 18. April,
18.00 - 19.00 Uhr, 6 Abende (8 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 3
Gebühr: 20,00 €

Wohltuende Massagen

CE4310

Klangmassage

Wochenendseminar

Die Wirkung von Klängen auf das Wohlbefinden und die Gesundheit des Menschen sind seit über 5000 Jahren bekannt und Klangschalen werden bis heute in der indischen Heilkunst angewendet.
Die Klang-Entspannung oder Chakrenarbeit durch den Einsatz einer oder mehrerer Klangschalen unterstützt das Loslassen gestauter Energien und stärkt die Selbstheilungskräfte. Wer mit sich und seiner Umwelt im EIN-KLANG lebt, ist in der Lage, sein Leben frei und nach seinen Herzenswünschen zu gestalten.
Das Seminar vermittelt durch theoretische Grundlagen einen verantwortungsbewussten Umgang mit der Klangschale.

Bitte warme Socken, eine weiche Unterlage oder Massageliege, eine Decke, 2 - 3 kleine Kissen sowie (falls vorhanden) eigene Klangschalen mitbringen.

Marion Tuchel, Dipl. Pädagogin, Reikimeisterin, Ausbildung in div. Massage-Techniken
Samstag, 11. Februar,
10.00 - 17.00 Uhr (8 UStd.)
VHS, Trift 20, Saal
Gebühr: 21,50 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE4311

Hot Stone Rücken-Massage mit heimischen Steinen

Wochenendseminar

Zeitdruck, Stress, Ärger oder Ängste führen häufig zu Verspannungen im Rücken- und Schulterbereich.
Die Hot Stone Massage wird bereits seit vielen Jahren erfolgreich angewandt. sie unterstützt den Fluss der Lebensenergie im gesamten Körper, wirkt befreiend, tief entspannend und stärkt nachhaltig die Selbstheilungskräfte.
Das Seminar vermittelt in kleinen Schritten den Ablauf der Massage, der durch eigenes Erfahren in Partnerarbeit (Partner gern mitbringen) an diesem Tag erlernt wird. Reine ätherische Öle in Verbindung mit den warmen Basalten verstärken die wohltuende Wirkung dieser Massage.

Bitte eine Unterlage/Yogamatte, eine Decke, ein Kissen, 2 Handtücher, eine Massageliege (wenn vorhanden) und ein Bikinioberteil mitbringen.

Marion Tuchel, Dipl. Pädagogin, Reikimeisterin, Ausbildung in div. Massage-Techniken
Samstag, 25. Februar,
10.00 - 17.30 Uhr (10 UStd.)
VHS, Trift 20, Saal
Gebühr: 26,00 € (inklusive Materialkosten)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE4312

Entgiftungsmassage mit Honig

Wochenendseminar

Mit den bekannten und üblichen Massageformen hat die Honigmassage keine Ähnlichkeit. Die Massage wirkt wie eine Reiztherapie bis tief in das Gewebe, so dass sich Verspannungen lösen, die Durchblutung angeregt und Schlackenstoffe abtransportiert werden. Der naturreine Honig wirkt durch eine spezielle Massagetechnik auf der Haut wie Gummi und fördert damit die Ausscheidung und Entgiftung des Körpers.
Bei der Partnermassage spüren Sie, wenn sich Ihr Körper neu belebt und regeneriert.
Sie lernen viel über Honig und seine gesundheitsfördernde Wirkung und - Sie werden mit einer Entgiftungsmassage vertraut gemacht.
Frauen sollten für den praktischen Teil ein Bikinioberteil tragen.

Bitte bringen Sie je 2 Bade-, Hand- und Gästetücher, 2 Waschhandschuhe, eine große Schale (für Wasser), eine Isomatte, eine Decke, evtl. ein kleines Kissen und Mineralwasser oder Tee mit.

Carmen Steinert, Kosmetikerin
Samstag, 17. März,
11.00 - 17.30 Uhr (8 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 3
Gebühr: 27,50 € (inklusive Materialkosten)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE4313

Was dem Rücken gut tut

Massage & mehr
Wochenendseminar

Die Ursachen von Rückenproblemen sind vielfältig und manchmal auch sehr schwer zu diagnostizieren. Die Zahl derjenigen, die Beschwerden haben, ist sehr hoch. Was können wir also - auch vorbeugend - tun? Wohltuend sind Massagen zur Entspannung der gestressten Muskeln, Körperübungen für einen stabilen Rücken und das Aufspüren von auslösenden Faktoren.
Sie lernen eine energetische Rückenmassage, die Breuß-Massage, und die Dorn-Methode, eine sanfte Wirbel- und Gelenktherapie, kennen. Ferner Rückenübungen zum Erhalt der Schmerzfreiheit und Beweglichkeit sowie Soforthilfen aus der alternativen Medizin.
Frauen tragen am besten ein Bikinioberteil o.ä., da wir uns gegenseitig den Rücken behandeln werden.
Gern können Sie als Paar kommen, so können Sie die Massagen mit einer vertrauten Person gegenseitig ausführen.

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen Sie eine Unterlage/Decke, ein kleines Kissen sowie ein großes und ein kleines Handtuch mit.

Eva Bailly, Heilpraktikerin, Krankenschwester, Reiki-Lehrerin
Samstag, 28. April,
10.00 - 17.00 Uhr (8 UStd.)
VHS, Trift 20, Saal
Gebühr: 22,50 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

Entspannung

CE4314

Von Kopf bis Fuß ...

... mit Feldenkrais?!
Wochenendseminar

Das geht? Das geht!
Wer bisher glaubte, Feldenkrais sei eine Entspannungsmethode, kann hier die Erfahrung machen, dass Feldenkrais zu wesentlich mehr taugt: Kopfstand geht nicht ohne Spannung!
In diesem Seminar werden die Grundideen von dem Physiker und Judolehrer Moshé Feldenkrais vermittelt und exemplarisch erprobt. Das Ziel ist, überflüssige Spannung durch bessere Koordination zu ersetzen und Spannung ohne Verschleiß aufzubauen.
Sportlichkeit ist gut, aber keine Voraussetzung für die Teilnahme. Wichtiger sind Neugier, Geduld und Lust auf mehr Körpergefühl. Wie oft erleben wir, dass Dinge einfach auf den Kopf gestellt werden! Wär' doch gelacht, wenn wir es nicht auch einmal versuchen – einfach nur so zum Spaß!

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung, bringen eine Decke, ein Kissen und etwas zu trinken sowie ein „Pausenbrot" mit.

Sabine Bahnemann, Sport- und Feldenkraislehrerin
Sonntag, 22. April,
11.00 - 15.30 Uhr (6 UStd.)
VHS, Trift 20, Gymnastikraum
Gebühr: 15,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE4315

Die Feldenkrais-Methode

Leben ohne Schulter-/Nacken- und Rückenschmerzen

Ist das möglich? Wie kann die Last auf den Schultern leichter getragen werden? Wie wird der Rücken entlastet, so dass es wieder möglich ist, aufrecht zu gehen? Wie können Füße und Beine den Körper ohne Schmerzen tragen?
Sich lebendig fühlen heißt „IN BEWEGUNG SEIN".
Die Feldenkrais-Methode kann

- Schmerzen, Bewegungs- und Funktionseinschränkungen lindern
- Altes, Festgefahrenes in Gang bringen, neu entwickeln, lösen
- helfen, sich leichter, eleganter, sanfter, ganz ohne Anstrengung zu bewegen
- mehr zu sich selbst zu finden, sich besser zu spüren und zu entspannen
- Körper und Geist in neuen Schwung versetzen
- die Konzentration beim Lernen und Arbeiten verbessern.

Bitte tragen Sie bequeme, warme Kleidung, bringen eine weiche Unterlage (Matte und Decke) mit und eine großes Badetuch, das bei Bedarf zu einem Kissen oder zu einer Rolle gefaltet werden kann.

Anne Kapretz, liz. Feldenkrais-Lehrerin, liz. NIA®-Whitebelt-Lehrerin, HP
freitags, ab 27. April,
18.00 - 21.00 Uhr, 2 Abende (8 UStd.)
VHS, Trift 20, Gymnastikraum
Gebühr: 20,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE4316

NIA®-Neuromuskuläre integrative Aktion



Getanzte Lebensfreude
Wochenendseminar

NIA®, getanzte Lebensfreude, lässt Sie von innen erstrahlen, macht fit, baut krank machenden Stress ab, stärkt die Gelenke, schenkt Freude und Gesundheit.
Durch abwechslungsreiche Bewegungen führt NIA® auf sanfte Art zu mehr Kraft, Balance, Lebensfreude und Gelassenheit. Alle, ob jung oder älter, die Freude an Musik und Bewegung haben, finden mit NIA® eine angenehme, leichte Form, sich fit und gesund zu erhalten.
In NIA®, entwickelt von Debbie und Carlos Rosas in den 80iger Jahren, verbinden sich östliche und westliche Bewegungsformen wie Feldenkrais, Tai Chi, Aikido, Tae Kwon Do, Jazz Dance und Modern Dance zu einem faszinierenden Tanz der Sinne. Einfache Schrittfolgen, komponiert auf abwechselungsreiche, inspirierende Musik, zaubern ein Lächeln auf Ihr Gesicht.
Jeder bestimmt die Intensität der Bewegungen selbst. Energievoller Bewegungsdynamik folgen Phasen von langsamen Feldenkraisbewegungen.
Mehr Infos und einen ersten Eindruck vermittelt das Video auf YouTube:
http://youtube.com/watch?v=U2gJnuRI2XQ

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen Sie eine Decke, ein großes und ein kleines Handtuch mit. Es wird barfuß oder mit Socken getanzt.

Anne Kapretz, liz. Feldenkrais-Lehrerin, liz. NIA®-Whitebelt-Lehrerin, HP
Freitag, 16. März, 18.30 - 20.45 Uhr
Samstag, 17. März,
14.30 - 18.15 Uhr (8 UStd.)
VHS, Trift 20, Gymnastikraum
Gebühr: 20,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE4317

Reiki – Heilkraft der Hände

Reiki ist eine alte Heilmethode, die Ende des 19. Jahrhunderts von dem Japaner Dr. Mikao Usui wieder entdeckt wurde.
Reiki beruht auf der Annahme, dass uns eine universale Energie umgibt und durchdringt. Diese Energie kann über die Hände gezielt übertragen werden.
Reiki baut Stress ab, entspannt tief, steigert das Wohlbefinden und stärkt unsere Selbstheilungskräfte.
An diesem Abend erfahren Sie, was Reiki ist, wie Reiki angewandt wird, die Geschichte von Reiki und wie Sie Reiki erlernen können.
Während einer Meditation besteht für die Teilnehmenden die Möglichkeit, die Reiki-Energie einmal selbst zu erspüren.

Hannelore Wallmann, Heilpraktikerin, Reiki-Lehrerin
Mittwoch, 14. März,
19.00 - 21.15 Uhr (3 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 2
Gebühr: 7,00 €

Um Anmeldung wird gebeten

CE4318

Fuß- und Handreflexzonentherapie

Viele Störungen im Organismus eines Menschen können durch Massage der entsprechenden Fuß- und Handreflexzonen positiv beeinflusst und die Entgiftung des Körpers angeregt werden.
An diesem Abend haben Sie Gelegenheit, die Fußreflexzonenkarte einmal genauer anzusehen. Sie erfahren, ob und inwieweit eine Selbstbehandlung sinnvoll ist und bei welchen Erkrankungen diese Therapie besonders wirkungsvoll ist.
Außerdem werden wir gemeinsam eine Massage der Handreflexzonen ausprobieren.

Hannelore Wallmann, Heilpraktikerin, Reiki-Lehrerin
Mittwoch, 9. Mai,
19.00 - 21.15 Uhr (3 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 2
Gebühr: 7,00 €

Um Anmeldung wird gebeten

T'ai Chi / Qi Gong

CE4320

Taijiquan

für Einsteiger/innen

Diese langsamen, meditativ ausgeführten Bewegungen der chinesischen Bewegungskultur trainieren Körper, Geist und Seele gleichermaßen und führen zu mehr Beweglichkeit, besserer Konzentration und größerer Gelassenheit.

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen Gymnastikschuhe oder rutschfeste Socken mit.

Silke von Borstel, Taijiquan und Qi Gong Lehrerin
donnerstags, ab 2. Februar,
19.00 - 20.00 Uhr, 12 Abende (16 UStd.)
Nadelberghalle, Nadelberg 5
Gebühr: 40,00 €

CE4321

T'ai Chi für Fortgeschrittene

Folge 17 bis 24 Yang-Stil

Angesprochen sind alle, die die Peking-Form fortsetzen und zum Abschluss bringen möchten. Wiederholt und so gefestigt werden die Folgen 1 bis 16 um dann die neuen Folgen kennen zu lernen und zu üben.

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen Gymnastikschuhe oder rutschfeste Socken mit.

Silke von Borstel,
Taijiquan und Qi Gong Lehrerin
mittwochs, ab 8. Februar,
18.00 - 19.00 Uhr, 10 Abende (13,3 UStd.)
VHS, Trift 20, Gymnastikraum
Gebühr: 33,30 €

CE4322

Qi Gong

Ausgewählte Übungen aus dem Taiji - Qi Gong

Diese Übungen vereinen die Vorteile des Taijichuan mit denen des Qi Gong. Die weichen fließenden Bewegungen verbinden sich mit dem gelenkten Atemfluss des Qi Gong. Die Übungen lassen sich leicht und schnell erlernen; sie sind auch eine Hinführung zum Taijichuan.

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen Gymnastikschuhe oder rutschfeste Socken mit.

Silke von Borstel,
Taijiquan und Qi Gong Lehrerin
dienstags, ab 7. Februar,
18.30 - 19.30 Uhr, 10 Abende (13,3 UStd.)
AWO-Kindergarten,
Altenhäger Kirchweg 26
Gebühr: 33,30 €

CE4323

„Frauen-Qigong-Tag"

Wochenendseminar

Tue deinem Körper Gutes, damit deine Seele Lust hat, darin zu wohnen.
Ein paar Stunden an diesem Wochenende werden wir ausruhen und auftanken, spezielle Übungen zur Stärkung der weiblichen Energie ausprobieren.
Bei schönem Wetter werden wir draußen üben und die frühlingshaften Temperaturen genießen.

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen eine Unterlage/Decke mit.

Silke von Borstel,
Taijiquan und Qi Gong Lehrerin
Samstag, 28. April,
14.00 - 17.00 Uhr (4 UStd.)
VHS, Trift 20, Gymnastikraum
Gebühr: 10,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE4324

Qi Gong im Heilpflanzengarten

Die fünf Elementeübungen
Harmonie und fünf Räder

Die kleinen Formen sind eine wunderbare Komposition verschiedener Bewegungsbilder, die auf der chinesischen Theorie der fünf Elemente oder Wandlungsphasen beruhen. Sie werden auch als kleine Taiji-Form verstanden.

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen feste, bequeme Schuhe mit.

Silke von Borstel,
Taijiquan und Qi Gong Lehrerin
mittwochs, ab 9. Mai,
18.00 - 19.00 Uhr, 10 Abende (13,3 UStd.)
Heilpflanzengarten, Wittinger Str. 76
Gebühr: 33,30 €

CE4325

Qi Gong für Männer



Fit für den Beruf
statt Stress im Alltag

Während Frauen längst den Wert innerer Stärkungsmethoden, kultivierter Entspannung und mentaler Versenkung erkannt und genutzt haben, erfahren Männer erst nach und nach den Sinn und den persönlichen Wert alter „Energie-Methoden" zur Erhaltung der Gesundheit. Qi Gong heißt sinngemäß übersetzt „Lebensenergie erarbeiten". Das sinnliche Erfühlen und bewusste Wahrnehmen, körperliche Arbeit sowie geistige Konzentration kennzeichnen unsere „Baustellen". Für Menschen, die sich manchmal von innerer Unruhe getrieben fühlen oder schlecht einschlafen oder sich nicht gut länger konzentrieren können oder die unter Verspannungen, Haltungs- oder Rückenproblemen oder Kopfschmerzen/Migräne leiden oder urologische Sorgen haben.
In diesem Seminar wird bewegendes Qi Gong und Stilles Qi Gong nach Doc-Fai Wong unterrichtet.

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen (weiche) Turnschuhe mit.

Karsten Fiedler, Dipl.-Sozialpädagoge,
Qi Gong- und T'ai Chi Chuan Lehrer
mittwochs, ab 15. Februar,
20.00 - 21.15 Uhr, 10 Abende (16,7 UStd.)
Celle, Kung Fu Tempel, Hunäusstr. 7 b
Gebühr: 45,90 €



weitere Angebote für Männer „Fit und aktiv" siehe CE4520 und „Kulinarische Männerrunden" siehe CE4802 und CE4803

Autogenes Training

CE4326

Autogenes Training

nach Prof. Dr. J.H. Schultz
Grundstufe

Das Autogene Training (AT) ist eine bewährte Methode, um zu entspannen und innerlich ruhiger zu werden. AT zählt zu den autosuggestiven Entspannungsverfahren.
Das Erlernen dieser Entspannungstechnik ist ein Weg, mit Belastungen und Anforderungen im Alltag und Beruf besser umzugehen. Es ist eine Möglichkeit, selbst aktiv zu werden und für das eigene Wohlbefinden zu sorgen. Nervosität, Ängste, Schlafstörungen, Anspannungen etc. können abgebaut werden.

Bitte eine weiche Unterlage, eine Decke, ein kleines Kissen, warme Socken und für Notizen Schreibunterlagen mitbringen.

Hanna Stark, Seminarleiterin Autogenes Training und Entspannungstherapie
mittwochs, ab 8. Februar,
18.00 - 19.30 Uhr, 10 Abende (20 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 6
Gebühr: 50,00 €

CE4327

Autogenes Training mit Duftreisen

Grundseminar

Autogenes Training – eine Insel der Ruhe und eine Quelle der Kraft im Alltag mit seinen vielfältigen Anforderungen. Es bringt Körper und Geist in Einklang, entspannt und kann helfen, mit belastenden Lebenssituationen gelassener umzugehen. In den „Duftreisen" wird die entspannende Wirkung von Fantasiereisen durch die sanfte Anwendung ätherischer Öle vertieft, wobei die Düfte zum Thema der Fantasiereise passen.

Bitte bringen Sie eine Decke, ein kleines Kissen, warme Socken und für Notizen Schreibunterlagen mit.

Grit Rost, Heilpraktikerin,
Ernährungs- und Diätberaterin
dienstags, ab 6. März,
20.15 - 21.15 Uhr, 9 Abende (12 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 6
Gebühr: 30,00 €

Yoga

CE4328

Hatha-Yoga

am Vormittag

In den Haltungen des Hatha-Yoga lernen Sie, gezielt die Spannungsbögen des Körpers einzusetzen. Vor- und Dehnübungen unterstützen diesen Spannungsaufbau und geben Ihnen die Möglichkeit, aufmerksam zu werden für die Signale des Körpers. Entspannung wird dann möglich im gezielten Lösen der Spannung.
Aktiv sein und zur Ruhe kommen, gemeinsam üben und ganz bei sich selber sein stellen so keine Gegensätze dar.

Bernd Menzel, Marma Yogalehrer, MA Sozialpsychologie/Philosophie
freitags, ab 10. Februar,
9.30 - 11.00 Uhr, 13 Vormittage (26 UStd.)
VHS, Trift 20, Gymnastikraum
Gebühr: 65,00 €

CE4329

Hatha-Yoga

Körperübungen - Atemübungen - Entspannung

Kursinhalt s. o.

Bernd Menzel, Marma Yogalehrer, MA Sozialpsychologie/Philosophie
montags, ab 6. Februar,
18.30 - 20.00 Uhr, 13 Abende (26 UStd.)
VHS, Trift 20, Gymnastikraum
Gebühr: 65,00 €

CE4330

Hatha-Yoga

Körperübungen - Atemübungen - Entspannung

Kursinhalt s. o.

Bernd Menzel, Marma Yogalehrer, MA Sozialpsychologie/Philosophie
montags, ab 6. Februar,
20.15 - 21.45 Uhr, 13 Abende (26 UStd.)
VHS, Trift 20, Gymnastikraum
Gebühr: 65,00 €

CE4331

Hatha-Yoga

Körperübungen - Atemübungen - Entspannung

Kursinhalt s. o.

Bernd Menzel, Marma Yogalehrer, MA Sozialpsychologie/Philosophie
donnerstags, ab 9. Februar,
17.00 - 18.30 Uhr, 13 Abende (26 UStd.)
VHS, Trift 20, Gymnastikraum
Gebühr: 65,00 €

CE4332

Hatha-Yoga

Körperübungen - Atemübungen - Entspannung

Kursinhalt s. o.

Bernd Menzel, Marma Yogalehrer, MA Sozialpsychologie/Philosophie
donnerstags, ab 9. Februar,
18.45 - 20.15 Uhr, 13 Abende (26 UStd.)
VHS, Trift 20, Gymnastikraum
Gebühr: 65,00 €

CE4333

Yoga und Töne/Chanten



Zum Kennen lernen und Ausprobieren

Mit einfachen und wohltuenden Yogaübungen bewegen und dehnen wir uns und schaffen einen Raum, um in unserem Körper mehr zu Hause zu sein. Damit wir uns mit unserem Atem verbinden und das Ausatem vertiefen sowie mehr Ruhe, Sammlung und Konzentration finden, nutzen wir das Summen sowie das Tönen von Silben und einfachen Mantren. Tönen, auch Chanten genannt, kann uns helfen, unsere eigene Mitte zu finden.
Es sind weder Vorkenntnisse noch musikalische oder stimmliche Voraussetzungen erforderlich.

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen dicke Socken und evtl. eine Decke mit.

Ingrid Möller, Yogalehrerin
Samstag, 14. April,
15.00 - 17.15 Uhr (3 UStd.)
VHS, Trift 20, Gymnastikraum
Gebühr: 7,50 €

CE4334

Sommer VHS: Yoga



Ein Vinyasa für die Wirbelsäule

Der Schwerpunkt ist ein fließender Bewegungsablauf, auch Vinyasa genannt, in dem wir einzelne Asanas (Yogahaltungen) zu einem dynamischen und fließenden Zyklus miteinander verbinden. Beweglichkeit, Kraft sowie Konzentration werden gefördert und die Wirbelsäule wird mobilisiert, da alle Bewegungsmöglichkeiten wie Streckung, Drehung, Vorbeuge, Rückbeuge und Seitbeuge in den Ablauf integriert werden. Dieses Vinyasa ist besonders für das Üben zu Hause geeignet und kann überall eingesetzt werden, da es aus der Standhaltung heraus durchgeführt wird.
Wir erarbeiten den Ablauf Schritt für Schritt im Rahmen einer Yogastunde, die ergänzt wird durch das Bewusst machen unseres Atems sowie durch Raum für Entspannung und Ruhe.

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen evtl. eine Decke mit.

Ingrid Möller, Yogalehrerin
montags, ab 23. Juli,
18.30 - 20.00 Uhr, 6 Abende (12 UStd.)
VHS, Trift 20, Gymnastikraum
Gebühr: 30,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE4335

Die Fünf „Tibeter“

Die Fünf „Tibeter“ haben ihren Ursprung im Yoga. Es ist eine leicht erlernbare Übungsreihe, mit deren Hilfe wir Muskeln aufbauen, unser Drüsensystem stimulieren, Rückenschmerzen entgegen wirken und uns bis ins hohe Alter gelenkig halten können. Die Fünf „Tibeter“ sind ein einfaches Energie- und Fitnessprogramm für Menschen jeden Alters.

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen warme Socken, ein kleines Kissen und eine rutschfeste Unterlage mit.

Hanna Stark, Seminarleiterin Autogenes Training und Entspannungstherapie
montags, ab 6. Februar,
18.00 - 19.10 Uhr, 4 Abende (6,2 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 15,60 €

Die bewegte Mittagspause

CE4500

Flexi-Bar-Training

so einfach und so wirkungsvoll

Ein Training mit dem Flexi-Bar stimuliert durch Vibrationen die tiefer liegenden Muskelbereiche. Nicht nur überflüssige Pfunde sondern auch Haltugsprobleme und Rückenschmerzen werden auf effektive Weise bekämpft und Sie steigern Ihr Wohlbefinden für die zweite Hälfte des Tages.

Annemarie Steitzer, Übungsleiterin im Reha- und Gesundheitssport
montags, ab 6. Februar,
12.00 - 12.45 Uhr, 7 Termine (7 UStd.)
VHS, Trift 20, Gymnastikraum
Gebühr: 17,50 €

CE4501

Locker & entspannt geht's zurück ...

... zur Arbeit! Nutzen Sie Ihre Mittagspause, um für die 2. Hälfte des Tages Energie zu tanken. Übungen zur Lockerung der Nacken-, Schulter- und Rückenmuskulatur helfen dabei.

Annemarie Steitzer, Übungsleiterin im Reha- und Gesundheitssport
montags, ab 6. Februar,
13.00 - 13.45 Uhr, 7 Termine (7 UStd.)
VHS, Trift 20, Gymnastikraum
Gebühr: 17,50 €

CE4502

Die 45 Minuten Fitness

Ein buntes Bewegungsprogramm zur Lockerung aller Körperteile mit Musik und Spaß - das tut gut und gibt Schwung.

Elke Swickis, Übungsleiterin
donnerstags, ab 9. Februar,
12.30 - 13.15 Uhr, 7 Termine (7 UStd.)
VHS, Trift 20, Gymnastikraum
Gebühr: 17,50 €

Gymnastik

CE4504

Mit Schwung in den Tag

Mobilisieren, kräftigen und dehnen des ganzen Körpers mit besonderen Übungen für einen starken Rücken - das bringt Sie schwungvoll in den Tag.

Bitte bringen Sie eine Sport- bzw. Gymnastikmatte mit.

Christiane Abeln-Krumm, Sport- und Gesundheitssportlehrerin
mittwochs, ab 8. Februar,
9.30 - 10.30 Uhr, 15 Vormittage (20 UStd.)
Sophien-Stift, Blumläger Kirchweg 1, Gymnastikraum
Gebühr: 50,00 €

CE4505

Gymnastik für den ganzen Körper

am Vormittag

Ein buntes Programm erwartet Sie mit vielen Übungen, die den ganzen Körper – vom „Scheitel bis zur Sohle“ – ansprechen.

Annemarie Steitzer, Übungsleiterin im Reha- und Gesundheitssport
donnerstags, ab 2. Februar,
9.00 - 10.00 Uhr, 18 Vormittage (24 UStd.)
VHS, Trift 20, Gymnastikraum
Gebühr: 60,00 €

CE4506

Training der Bauch- und Beckenbodenmuskulatur
am Vormittag

Eine pflegerische Gymnastik für Frauen jeder Altersgruppe, die ihre Bauch- und Beckenbodenmuskulatur kräftigen wollen. Im Gegensatz zu den meisten anderen Körperbereichen nehmen wir die Muskulatur des Beckenbodens kaum wahr; auch die Bauchmuskulatur vernachlässigen wir häufig. Erst bei Beschwerden wird uns die Wichtigkeit dieser Muskulatur bewusst.

Annemarie Steitzer, Übungsleiterin im Reha- und Gesundheitssport
donnerstags, ab 2. Februar,
10.10 - 11.10 Uhr, 18 Vormittage (24 UStd.)
VHS, Trift 20, Gymnastikraum
Gebühr: 60,00 €

CE4509

Gymnastik für Problemzonen
am Vormittag

Kursinhalt s. o.

Marion Suchy, Übungsleiterin
dienstags, ab 7. Februar,
9.00 - 10.00 Uhr, 18 Vormittage (24 UStd.)
VHS, Trift 20, Gymnastikraum
Gebühr: 60,00 €

CE4510

Gymnastik für Problemzonen
am Vormittag

Kursinhalt s. o.

Marion Suchy, Übungsleiterin
dienstags, ab 7. Februar,
10.10 - 11.10 Uhr, 18 Vormittage (24 UStd.)
VHS, Trift 20, Gymnastikraum
Gebühr: 60,00 €

VHS mit Genuss – Mit Genuss VHS

Es gibt nun einen Getränkeautomaten

In den Räumen der VHS ist Raum C für Sie geöffnet.

In der Pause, vor oder nach dem Kurs können Sie Tee, Kaffee, Kaltgetränke und Suppen genießen.

(Rauchen ist weiterhin nur außerhalb des Gebäudes erlaubt!)



CE4507

Training der Bauch- und Beckenbodenmuskulatur
am Vormittag

Kursinhalt s. o.

Annemarie Steitzer, Übungsleiterin im Reha- und Gesundheitssport
donnerstags, ab 2. Februar,
11.15 - 12.15 Uhr, 18 Vormittage (24 UStd.)
VHS, Trift 20, Gymnastikraum
Gebühr: 60,00 €

CE4508

Gymnastik für Problemzonen - intensiv
am Vormittag

Gezielte Übungen zur Straffung und Festigung der Problemzonen Bauch, Taille, Oberschenkel, Po.

Annemarie Steitzer, Übungsleiterin im Reha- und Gesundheitssport
montags, ab 6. Februar,
10.00 - 11.30 Uhr, 15 Vormittage (30 UStd.)
VHS, Trift 20, Gymnastikraum
Gebühr: 75,00 €

www.vhs-celle.de

Sie können sich auch über das Internet anmelden.

Unter jedem Kurs finden Sie ein entsprechendes Anmeldeformular.

CE4511

Gymnastik für Problemzonen

Beate Schadinsky, Sportlehrerin
dienstags, ab 7. Februar,
19.00 - 20.00 Uhr, 17 Abende (22,7 UStd.)
VHS, Trift 20, Gymnastikraum
Gebühr: 56,70 €

CE4512

Body-Fitness

Kraft und Ausdauer in einem Work-Out vereint!

Bitte bringen Sie eine Unterlage/Gymnastikmatte mit.

Elke Swickis, Übungsleiterin
mittwochs, ab 1. Februar,
19.00 - 20.00 Uhr, 18 Abende (24 UStd.)
Realschule Westercelle, Schulstr. 4, Gymnastiksaal
Gebühr: 60,00 €

CE4513

Aufbauendes Rückentraining
am Vormittag

Ein ganzheitliches Training für gezielte Kraft soll für eine gute Haltung sorgen, Beweglichkeit und Stabilität inklusive. Eine Mischung aus Koordination, Gleichgewicht, Beweglichkeit, Körperwahrnehmung und Entspannungstechniken rundet das Programm ab.

Bitte evtl. ein kleines Kissen mitbringen.

Rita Fischer, Gymnastiklehrerin
mittwochs, ab 1. Februar,
9.00 - 10.00 Uhr, 21 Vormittage (28 UStd.)
VHS, Trift 20, Gymnastikraum
Gebühr: 70,00 €

CE4514

Aufbauendes Rückentraining
am Vormittag

Kursinhalt s. o.

Bitte evtl. ein kleines Kissen mitbringen.

Rita Fischer, Gymnastiklehrerin
mittwochs, ab 1. Februar,
10.00 - 11.00 Uhr, 21 Vormittage (28 UStd.)
VHS, Trift 20, Gymnastikraum
Gebühr: 70,00 €

CE4515

Aufbauendes Rückentraining
am Vormittag

Kursinhalt s. o.

Bitte evtl. ein kleines Kissen mitbringen.

Rita Fischer, Gymnastiklehrerin
mittwochs, ab 1. Februar,
11.00 - 12.00 Uhr, 21 Vormittage (28 UStd.)
VHS, Trift 20, Gymnastikraum
Gebühr: 70,00 €

CE4516

Wirbelsäulengymnastik

Durch diese Gymnastik soll eine Stabilisierung der Rückenmuskulatur erreicht und ein wirbelsäulengerechtes Verhalten für das tägliche Leben erlernt werden.
An einigen Abenden werden wir Übungen mit dem Pezziball ausprobieren.

Karin Burmeister, Physiotherapeutin
mittwochs, ab 8. Februar,
19.10 - 20.10 Uhr, 18 Abende (24 UStd.)
VHS, Trift 20, Gymnastikraum
Gebühr: 60,00 €

CE4517

Wirbelsäulengymnastik

Kursinhalt s. o.

Karin Burmeister, Physiotherapeutin
mittwochs, ab 8. Februar,
20.15 - 21.15 Uhr, 18 Abende (24 UStd.)
VHS, Trift 20, Gymnastikraum
Gebühr: 60,00 €

CE4518

Präventive Gymnastik für Osteoporosebetroffene

Die Gefahr, Osteoporose zu bekommen, ist besonders in der Mitte des Lebens groß. Eine der Säulen dagegen anzugehen, also vorbeugend zu arbeiten, ist die Bewegung, die gezielte Gymnastik.
Die Gymnastik beinhaltet rückengerechtes Haltungsverhalten im Alltag, Arbeit in die Aufrichtung, d.h. Kräftigung und Dehnen der Muskulatur (z.B. mit Hanteln

und Theraband), Koordinations- und Balanceübungen.

Siegrun Thierbach, Physiotherapeutin
montags, ab 6. Februar,
15.00 - 16.00 Uhr, 18 Nachmittage (24 UStd.)
VHS, Trift 20, Gymnastikraum
Gebühr: 60,00 €

CE4519
Die sanfte Nackenmuskulatur

Funktionsübungen für die Nackenmuskulatur; lernen Sie wohltuende Übungen kennen und richtig anwenden, die Ihre Muskulatur im Nacken dehnt, mobilisiert und kräftigt.

Bitte bringen Sie eine Unterlage/Gymnastikmatte mit.

Christiane Abeln-Krumm,
Sport- und Gesundheitssportlehrerin
montags, ab 6. Februar,
20.00 - 21.15 Uhr, 6 Abende (10 UStd.)
Sprachheilschule Klein-Hehlen, Berlinstr. 1, Gymnastikraum
Gebühr: 25,00 €

CE4520
Fit und aktiv
Sport für Männer

Erik Zeiske, Sportlehrer
donnerstags, ab 9. Februar,
18.30 - 19.30 Uhr, 12 Abende (16 UStd.)
Realschule Westercelle, Schulstr. 4, Turnhalle
Gebühr: 40,00 €

CE4521
KiBo-Fit

Keine Ausdauer? Unbeweglich? Probleme mit dem Gewicht? - Die Antwort auf diese Fragen könnte KiBo-Fit sein!
KiBo-Fit ist eine Sportart, die Kampfsporttechniken mit rhythmischen Bewegungen im Takt der Hintergrundmusik kombiniert. Es ist ein „Fett-Verbrennungs-Programm".

Andreas Borck, Thai-Do Dipl.Trainer
donnerstags, ab 9. Februar,
20.10 - 21.10 Uhr, 15 Abende (20 UStd.)
Nadelberghalle, Nadelberg 5
Gebühr: 50,00 €

CE4522
Aerobic & viel mehr

Mit Bewegungselementen aus den Bereichen Aerobic, Gymnastik und Entspannung entsteht ein abwechslungsreiches Programm, das die Koordination, Ausdauer und Beweglichkeit fördert und zum Wohlbefinden beiträgt.

Viktoria Vald, Aerobic-Instructor
dienstags, ab 7. Februar,
18.00 - 19.00 Uhr, 15 Termine (20 UStd.)
VHS, Trift 20, Gymnastikraum
Gebühr: 50,00 €

CE4523
Nordic Walking
am Vormittag

Genießen Sie die Bewegung an der frischen Luft! Nodic Walking ist eine Ausdauersportart, bei der das Gehen durch den Einsatz von zwei Stöcken im Rhythmus der Schritte unterstützt wird.
Besonders Bewegungs-Wieder/Neu-Einsteiger/innen sind angesprochen. Die Pulsmessung vor und nach dem Start hilft Ihnen, Ihre persönliche Kondition einzuschätzen.

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung, bringen Sport-/Laufschuhe sowie Stöcke mit. Einsteiger/innen können sich für die ersten Stunden Stöcke ausleihen.

Annemarie Steitzer, Übungsleiterin im Reha- und Gesundheitssport
freitags, ab 20. April,
9.30 - 11.00 Uhr, 10 Termine (20 UStd.)
Treffpunkt: Alter Kanal, Wietzenbruch, vor der Gaststätte
Gebühr: 50,00 €

Inline-Skaten

CE4525
Nordic-Inline-Skating
Wochenendseminar

Nordic-Inline-Skating beansprucht alle Muskeln und stabilisiert das Gleichgewicht, da die Stöcke zwei weitere Stützpunkte bilden.
Zuerst aber müssen Sie nach der 7-Step-Methode den richtigen Bewegungsablauf erlernen. Am Sonntag werden Sie jedoch bereits eine erste Tour im Celler Land fahren.

Reiner Ertel, A-Lizenz Inline Skaten; DNV-Nordic-Skating-Instructor
Samstag, 17. und Sonntag, 18. März,
jeweils 10.00 - 11.30 Uhr (4 UStd.)
Ludwig-Erhard-Str. 5, Gewerbegebiet Wietzenbruch (bei der Bowling-Bahn)
Gebühr: 25,00 € (einschließlich der Leihgebühr; bitte hierfür bei der Anmeldung die Schuh- und Körpergröße angeben)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE4526
Inline-Skaten und bremsen...?!!
Wochenendseminar

Viele können zwar Gas geben aber - beim Bremsen sind sie unsicher, hoffen auf einen Laternenpfahl oder einen Zaun zum Stoppen. Wer schnell und sicher fährt, sollte auch schnell und sicher bremsen können!
Intensiv üben Sie drei Bremstechniken, um mehr Sicherheit zu erlangen.

Reiner Ertel, A-Lizenz Inline Skaten; DNV-Nordic-Skating-Instructor
Samstag, 17. März,
14.00 - 16.15 Uhr (3 UStd.)
Gewerbegebiet Wietzenbruch, Ludwig-Erhard-Str. 5 (Bowlingbahn)
Gebühr: 7,50 €

CE4527
Inline-Skaten
für Einsteiger/-innen
Wochenendseminar

Inline-Skaten macht Spaß, ist leicht zu erlernen, Gelenk schonender als Joggen, an kein Alter gebunden und trainiert Ausdauer und Muskulatur.
Voraussetzung dafür ist allerdings, dass Sie dabei richtig mit sich und der Ausrüstung umgehen. Dazu gehören:

- richtiges Aufwärmen und Stretchen
- Nutzung der Schutzausrüstung
- sicheres Bremsen
- Grund- / Fahrtechniken
- Hindernisse und Kurven meistern und
- natürlich auch das korrekte Fallen.

Reiner Ertel, A-Lizenz Inline Skaten; DNV-Nordic-Skating-Instructor
Samstag, 14. April, 14.00 - 16.15 Uhr
Sonntag, 15. April, 10.00 - 12.15 Uhr
(6 UStd.)
Gewerbegebiet Wietzenbruch, Ludwig-Erhard-Str. 5 (Bowlingbahn)
Gebühr: 15,00 €

Nicht vergessen!



Bitte bringen Sie für die Angebote Inline-Skaten Schutzkleidung für die Knie und Handgelenke und einen Helm (Fahrradhelm) mit.

CE4528
Inline-Skaten
für Einsteiger/-innen

Inline-Skaten macht Spaß, ist leicht zu erlernen, Gelenk schonender als Joggen, an kein Alter gebunden und trainiert Ausdauer und Muskulatur.
Voraussetzung dafür ist allerdings, dass wir dabei richtig mit uns und der Ausrüstung umgehen. Dazu gehören:

- richtiges Aufwärmen und Stretchen
- Nutzung der Schutzausrüstung
- sicheres Bremsen
- Grund-Fahrtechniken
- Hindernisse und Kurven meistern und
- natürlich auch das korrekte Fallen.

Reiner Ertel, A-Lizenz Inline Skaten; DNV-Nordic-Skating-Instructor
Montag, 14. und Dienstag, 15. Mai,
jeweils 18.30 - 20.45 Uhr (6 UStd.)
Gewerbegebiet Wietzenbruch, Ludwig-Erhard-Str. 5 (Bowlingbahn)
Gebühr: 15,00 €

CE4529
Inline-Skaten und bremsen...?!!

Viele können zwar Gas geben aber - beim Bremsen sind sie unsicher, hoffen auf einen Laternenpfahl oder einen Zaun zum Stoppen. Wer schnell und sicher fährt, sollte auch schnell und sicher bremsen können!
Intensiv üben Sie drei Bremstechniken, um mehr Sicherheit zu erlangen.

Reiner Ertel, A-Lizenz Inline Skaten; DNV-Nordic-Skating-Instructor
Dienstag, 19. Juni,

18.30 - 20.45 Uhr (3 UStd.)
Gewerbegebiet Wietzenbruch,
Ludwig-Erhard-Str. 5 (Bowlingbahn)
Gebühr: 7,50 €



Sie können Inline-Skates gegen eine Gebühr von 5,00 € leihen! Bitte geben Sie das bei Ihrer Anmeldung - Schuhgröße nicht vergessen!! -an.

CE4530
Inline-Skaten - auch mit etwas mehr an Jahren



Haben Sie die Jugendjahre schon hinter sich gelassen? Glauben Sie, nicht besonders sportlich zu sein? Sehr gern schauen Sie aber diesen leicht dahin rollenden Skatern hinterher und möchten es auch einmal ausprobieren - vielleicht in einer Gruppe „Gleichgesinnter“?
Nur Mut, hier lernen Sie das Skaten in aller Ruhe und Gelassenheit und entdecken vielleicht einen neuen Sport für sich!

Reiner Ertel, A-Lizenz Inline Skaten; DNV-Nordic-Skating-Instructor
montags, ab 4. Juni,
18.00 - 20.15 Uhr, 3 Abende (9 UStd.)
Gewerbegebiet Wietzenbruch, Ludwig-Erhard-Str. 5 (Bowlingbahn)
Gebühr: 22,50 €

CE4531
Inline-Skaten für Fortgeschrittene

Intensiv werden geübt: rückwärts fahren, vorwärts übersteigen, T-stopp, rückwärts bremsen, umsteigen von vorwärts auf rückwärts und von rückwärts auf vorwärts ....
Wünsche werden umgesetzt.

Reiner Ertel, A-Lizenz Inline Skaten; DNV-Nordic-Skating-Instructor
Montag, 2. Juli,
18.00 - 20.15 Uhr (3 UStd.)
Gewerbegebiet Wietzenbruch, Ludwig-Erhard-Str. 5 (Bowlingbahn)
Gebühr: 7,50 €

Skaten für Kinder und Jugendliche siehe Bereich Junge VHS

CE4532
Die schönsten Skate-Touren
rund um Celle



Vier unterschiedliche Touren werden Sie kennen lernen.
Die einzelnen Strecken sind zwischen 15 und 45 km lang - d.h. wir können erst einmal „unser Talent & unsere Fitness“ testen und steigern dann unsere Touren bis auf 45 km.
Geübte und ungeübte Skater können teilnehmen und die Landschaft rund um Celle bei (hoffentlich) frühlingshaften Temperaturen „auf Rollen“ genießen.
Für Interessenten/innen an der Flaeming-Tour ist das Angebot besonders empfehlenswert.

Reiner Ertel, A-Lizenz Inline Skaten; DNV-Nordic-Skating-Instructor
mittwochs, ab 30. Mai,
18.00 - 20.15 Uhr, 3 Abende
und Sonntag, 17. Juni,
9.00 - 13.00 Uhr, 1 Vormittag (14 UStd.)
Treffpunkt: Celle, Wernerusstr. 20
Gebühr: 35,00 €

CE4533
Sommer-VHS: Flaeming-Skate - ein Erlebnis
2-tägige Exkursion nach den Sommerferien: 8. und 9. September



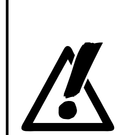
Im Landkreis Teltow-Fläming, südlich von Berlin, ist ein Mekka für Skater entstanden. Das Herzstück von Flaeming-Skate ist 100 Kilometer lang, drei Meter breit und mit einer feinsten Asphaltoberfläche versehen. Flaeming-Skate ist Erholung pur auf Rollen; wir gleiten fernab von störendem Autoverkehr durch das Baruther Urstromtal und den Niederen Fläming.
An einem Tag werden wir ca. 50 km skaten (gleiten); Sie sollten daher schon eine Strecke von ca. 25 bis 30 km gefahren sein. Gefragt ist hier aber nicht Schnelligkeit sondern Ausdauer! In diesem Jahr werden wir eine neue Strecke ausprobieren, da weitere Querverbindungen geschaffen wurden.

Bitte nehmen Sie - trotz Einkehrmöglichkeiten - Pausenbrote, Kraftriegel (für 2 Tage) und etwas zu trinken in einem kleinen Rucksack mit.
Die Unterkunft liegt direkt an der Flaeming-Skate-Strecke.
Die Fahrt nach Jüterbog erfolgt im Privat-Pkw oder in Fahrgemeinschaften (Absprache während des Vorbereitungstreffens).

Anmeldungen ab sofort bis spätestens: 20.08.2012

Reiner Ertel, A-Lizenz Inline Skaten; DNV-Nordic-Skating-Instructor
Vorbereitungstreffen:
Montag, 27. August, 19.00 Uhr,
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20.
Exkursion:
8. September, Abfahrt um 7.15 Uhr,
Parkpalette am Hallenbad
Rückkehr am Sonntag, 9. September, ca. 19.00 Uhr (30 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 30,00 € (hinzu kommen ca. 39,00 € für die Übernachtung inkl. Frühstück und Fahrtkostenbeteiligung)

Schriftliche Anmeldung erforderlich



AUSZEIT Bildungsurlaube - Intensivwochen zu Gesundheitsthemen am Anfang dieses VHS-Programm Kapitels

Tanz

CE4601
Tanzen

Tanzen schafft Lebensfreude und Geselligkeit und ist ein hervorragendes Training für Herz und Kreislauf, Kopf und Füße.
Bei Kreistänzen aus vielen Ländern können wir etwas über Kultur und Lebensweise anderer Völker erfahren.

Bitte leichte, rutschfeste Schuhe mitbringen.

Sybille Schulz, Gymnastiklehrerin
dienstags, ab 7. Februar,
15.00 - 16.30 Uhr, 9 Nachmittage (18 UStd.)
VHS, Trift 20, Gymnastikraum
Gebühr: 45,00 €

CE4602
Tanz-Crashkurs
Wochenendseminar

„Darf ich bitten...“ bzw. „Ja, gern...“ das werden Ihre Worte bei der nächsten Tanzveranstaltung sein!
Wer bisher noch nicht oder wenig getanzt hat, sollte das Angebot nicht verpassen.
Discofox, Walzer, Foxtrott, die „Grundausstattung“ für jede Tanzfeier erlernen Sie im Nu.
Bitte melden Sie sich paarweise an.

Bitte bringen Sie Schuhe mit einer glatten (Leder-) Sohle mit.

Arthur Hering, Tanzlehrer
Freitag, 10. Februar, 20.00 - 22.00 Uhr
Samstag, 11. und Sonntag, 12. Februar, jeweils 15.00 - 17.00 Uhr (8 UStd.)
VHS, Trift 20, Gymnastikraum
Gebühr: 20,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE4603
Latin-Wochenendseminar
für Einsteiger/innen

Lieben Sie lateinamerikanische Musik? Dann zögern Sie nicht ... lernen Sie auch die Tänze wie Cha Cha Cha, Rumba, Salsa, Merengue und Bachata. Genießen Sie den Rhythmus und das Gefühl!
Bitte melden Sie sich paarweise an.

Bitte bringen Sie Schuhe mit einer glatten (Leder-)Sohle mit.

Arthur Hering, Tanzlehrer
Freitag, 9. März, 20.00 - 22.00 Uhr,
Samstag, 10. und Sonntag, 11. März, jeweils 14.00 - 16.00 Uhr (8 UStd.)
VHS, Trift 20, Gymnastikraum
Gebühr: 20,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE4604
Latin-Aufbauseminar
Wochenendseminar

Haben Sie Kenntnisse in den Grundschritten von Cha Cha Cha, Rumba, Salsa, Merengue oder Bachata? Macht Ihnen diese Musik und der Rhythmus Spaß?
Dann lassen Sie uns Neues ausprobieren ...
Bitte melden Sie sich paarweise an.

Arthur Hering, Tanzlehrer
Freitag, 23. März, 20.00 - 22.00 Uhr, Samstag, 24. und Sonntag, 25. März, jeweils 14.00 - 16.00 Uhr (8 UStd.)
VHS, Trift 20, Gymnastikraum
Gebühr: 20,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE4605
Orientalischer Tanz „Raks Sharki"
Grundstufe

Der orientalische Tanz gilt als der älteste und zugleich weiblichste aller Tänze. Er ist ein sehr kommunikativer Tanz, den Frauen miteinander und auch füreinander tanzen können.
Der orientalische Tanz gehört zu den wenigen Tanzformen, bei der die Betonung auf der Isolierung bestimmter Körperteile liegt. Diese Isolationsübungen vermitteln ein intensives Verständnis für den eigenen Körper. Es wird gelernt, jeden Muskel und die Gelenke einzeln zu bewegen. Der Körper wird dadurch geschmeidiger.

Bitte bringen Sie Gymnastikbekleidung, ein Tuch für die Hüften und Gymnastikschuhe mit.

Christine Witting
mittwochs, ab 1. Februar, 18.00 - 19.30 Uhr, 12 Abende (24 UStd.)
Sprachheilschule Klein-Hehlen, Berlinstr. 1, Gymnastikraum
Gebühr: 60,00 €

CE4606
Orientalischer Tanz II „Raks Sharki"
Aufbaustufe

Nach dem warm-up mit Isolations- und Koordinationsübungen erarbeiten wir verschiedene Tänze, so den Hi-e-bas, den Stocktanz, Tänze mit dem Schleier, den Schimmy ... und den Umgang mit den Zimbeln, die sofort mit Tanzschritten kombiniert werden.

Bitte bringen Sie ein Hüfttuch, einen Tanzstock, drei Schleier, Zimbeln - wenn vorhanden -, Gymnastikbekleidung und Gymnastikschuhe mit.

Christine Witting
mittwochs, ab 1. Februar, 19.40 - 21.10 Uhr, 12 Abende (24 UStd.)
Sprachheilschule Klein-Hehlen, Berlinstr. 1, Gymnastikraum
Gebühr: 60,00 €

CE4607
American Line Dance
Wochenendseminar

Let's go... auf geht's in den Wilden Westen. Nicht mit Colt und Lasso, sondern mit fetziger Country Musik.
Wir wollen tanzen, wie einst die Cowboys in Texas – Line Dance.
Wie der Name schon sagt, alle in einer Linie mit den gleichen Schrittfolgen.
Eine Altersgrenze gibt es nicht und auch ein Tanzpartner ist nicht erforderlich.

Bitte bringen Sie feste Schuhe ohne färbende Sohle (auch keine „Krepp- oder Gummisohle") und etwas zu trinken mit.

Corina Born
Freitag, 2. März, 19.00 - 21.00 Uhr
Samstag, 3. März, 14.00 - 17.00 Uhr
Sonntag, 4. März, 10.00 - 13.00 Uhr (10 UStd.)
VHS, Trift 20, Gymnastikraum
Gebühr: 25,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE4608
Jazzdance
für Teilnehmende mit Vorkenntnissen

Susanne Fischer, Sport- und Gymnastiklehrerin
donnerstags, ab 23. Februar, 18.00 - 19.00 Uhr, 12 Abende (16 UStd.)
Realschule Westercelle, Schulstr. 4, Gymnastikraum
Gebühr: 40,00 €

Freizeitsport

CE4901
Golf - Abschlag mit Freude
Einführung in das Golfspiel

In Zusammenarbeit mit dem Golfclub Herzogstadt Celle (GCHC)

Dieser Kurs wendet sich an golfinteressierte Personen ohne Vorkenntnisse. Es erfolgt eine Einweisung in das kurze und lange Spiel. Zum Abschluss findet ein Spiel über 2 Golfbahnen auf dem Platz statt.
In den Kursgebühren sind die Kosten für das Ballgeld (1 x Zehnerkarte) und das Range-Fee für 4 Tage enthalten. Das bedeutet, dass die Übungseinrichtungen (Driving-Range, Putting-Grün und Piching-Grün) vor und nach den Unterrichtsstunden zur Verfügung stehen. Die Leihschläger werden vom Lehrer zur Verfügung gestellt. Es wird eine der Witterung entsprechende, sportlich-legere Kleidung empfohlen; bitte keinen Trainings- oder Jogginganzug tragen. Als Schuhwerk wird ein fester und rutschfester Sportschuh (z.B. Tennisschuh) oder ein Wanderschuh empfohlen.

Dirk Enters, Golflehrer - PGA of Germany
Einführung:
Samstag, 5. Mai, 15.00 - 16.00 Uhr,
Kurstermine:
Mittwoch, 9. und Donnerstag, 10. Mai, 18.00 - 20.00 Uhr,
Samstag, 12. Mai, 10.00 - 12.00 und 14.00 - 16.00 Uhr,
Sonntag, 13. Mai, 14.00 - 16.00 Uhr (16 UStd.)
Treffpunkt: GCHC e.V., Beukenbusch 1, Garßen
Gebühr: 97,00 €

CE4902
Golf - Abschlag mit Freude
Einführung in das Golfspiel

In Zusammenarbeit mit dem Golfclub Herzogstadt Celle (GCHC)

Kursinhalt s. o.

Dirk Enters, Golflehrer - PGA of Germany
Einführung:
Samstag, 26. Mai, 15.00 - 16.00 Uhr,
Kurstermine:
Mittwoch, 30. und Donnerstag, 31. Mai, 18.00 - 20.00 Uhr,
Samstag, 2. Juni, 10.00 - 12.00 und 14.00 - 16.00 Uhr,
Sonntag, 3. Juni, 14.00 - 16.00 Uhr (16 UStd.)
Treffpunkt: GCHC e.V., Beukenbusch 1, Garßen
Gebühr: 97,00 €

Wassersport

CE4905
Ob Sportboot oder Segelyachten
Was Sie über den Wassersport wissen sollten
Informationsabend

Ob Sie gemütlich auf dem Wasser „schippern" wollen oder Touren planen und sich einen sportlichen Urlaub auf See vorstellen können - die VHS Celle bietet Vorbereitungskurse zur Erlangung von Befähigungszeugnissen an, die für den Wassersport erforderlich sind. Der Sportbootführerschein-See (SBF, See) ist ein Grundlagenschein und Voraussetzung für weitere gesetzlich vorgeschriebene Befähungszeugnisse. Es kommt nun auf Ihre Interessen an.
Dieser Abend gibt Ihnen hinreichende Informationen auf all Ihre Fragen:
Wo brauche ich welchen Führerschein?
Kann ich nicht auch ohne Schein fahren?
Was bedeutet Sportbootführerschein See und Binnen? Was ist der Sportküstenschifferschein?
Funk an Bord - heute Pflicht?
Wie schwierig ist der Erwerb der Zeugnisse für einen Laien?
Chancen und Zeitaufwand, die Prüfungen zu bestehen?
Seemann und Seefrau - ahoi!

Dance Devils

Tanzen in der VHS

Die DanceDevils bieten eine einzigartige Gelegenheit zum Tanzen

Jeder Abend steht unter einem anderen Tanz-Thema, z.B. Discofox, Rumba, Salsa, Merengue, Tango Argentino, Wiener Walzer und Co.
Tanzlehrer Bernd Gräper gibt Anfängern/innen und Fortgeschrittenen gleichermaßen Schritt-Futter mit einer workshopartigen Einführung in den jeweiligen Tanz. Neben der Anleitung und individuellen Betreuung steht eines selbstverständlich im Vordergrund: Tanzen, Tanzen, Tanzen…
Vorgesehene Termine: 07.01.,21.01.,04.02.,18.02.,03.03.,17.03.,31.03.,14.04., 28.04.,12.05.,26.05.,09.06. und 23.06.2012 jeweils ab 19 Uhr

Mehr erfahren Sie bei Christian Heidemann unter Heidemann@mertins.de oder 0172-3978593. Um Voranmeldung wird gebeten.
Teilnahmebeitrag: ab 6,00 € pro Person (DanceDevils 5,00 €)/Abendkasse

Die VHS Celle Treffpunkt für Tanzfreunde
Die Abende finden in der VHS Celle, Trift 20, 29221 Celle statt.

Es entstehen zusätzliche Kosten für Lernmaterial, Praxis und Prüfungen.
Mit welchen Ausgaben muss ich für den von mir angestrebten Schein wirklich rechnen?
Eine Anmeldung zu diesem Informationsabend ist nicht erforderlich.

Gerd Steffen, Sportseeschiffer
Donnerstag, 2. Februar,
19.00 - 21.15 Uhr (3 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: Die Teilnahme an dem Informationsabend ist gebührenfrei

CE4906
Sportbootführerschein, See
(SBF-See)
Wochenendkurs

Der Sportbootführerschein-See wird benötigt, um ein Sportboot mit einem Motor von mehr als 3,68 kW (5 PS) auf den Seeschifffahrtsstraßen (3 sm) zu führen. Der Sportbootführersein-See gilt gleichermaßen für Segelboote wie auch für Motorboote. Er wird zum Chartern einer Yacht verlangt.
Für angehende Segler/-innen ist der gesetzlich vorgeschriebene SBF-See unerlässlich, weil er für die Prüfung zum Sportküstenschifferschein (SKS) zwingend vorausgesetzt wird.
Der Kurs bereitet auf die theoretische Prüfung vor.

Vorgesehener Prüfungstermin: 14. April

Die erforderliche Praxisausbildung wird kostengünstig durch den Dozenten angeboten. Die für den Kurs und die spätere Praxis nötigen Arbeitsmittel werden vom Dozenten bestellt und direkt mit den Kursteilnehmenden abgerechnet.

Gerd Steffen, Sportseeschiffer
Samstag, 3. und 17. März,
Sonntag, 3. und 18. März,
jeweils 10.00 - 16.00 Uhr (mit Pausen)
(24 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 90,00 € (ohne Prüfungsgebühr)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

Weitere Angebote können sein:

CE4907
Sportbootführerschein, binnen

Gerd Steffen, Sportseeschiffer
dienstags, ab 14. Februar,
18.30 - 21.45 Uhr, 6 Abende (24 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 97,00 € (einschließlich Prüfungsgebühr)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE4908
Sportküstenschifferschein (SKS)
Wochenendkurs

Gerd Steffen, Sportseeschiffer
Freitag, 1. und 15. Juni,
18.30 - 21.15 Uhr,
Samstag, 2. und 16. Juni und
Sonntag, 3. und 17. Juni,
9.00 - 17.30 Uhr (44 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 174,00 € (einschließlich Prüfungsgebühr)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE4909
Funk
Wochenendkurs

Gerd Steffen, Sportseeschiffer
Samstag, 10. und 24. März sowie
Sonntag, 11. und 25. März,
9.00 - 17.30 Uhr (36 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Gebühr: 175,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich



Klettern
im Bereich Junge VHS
- Familienangebote -



Projekt „Kulturelle KLICKS“:
„Sport“
Foto: Martin Dobroschke

Bergsport

CE4910
Material und Ausrüstung für den Bergsport

Ein Abend mit Empfehlungen und Fragen rund um das Thema: „ Was brauche ich für meine Bergtour?“
Ob Wanderung, Klettersteig-, Kletter- oder Hochtour – das richtige Material macht die Unternehmung zu einem spannenden und erholsamen Unternehmen. Vom Schuh über Socken, Wetterschutzbekleidung bis zu den technischen Ausstattungen wie Helm, Klettersteigset oder Pickel - wir stellen Ihnen sinnvolle Möglichkeiten vor.
Gern gehen wir auch auf persönliche Fragen und Anforderungen ein.

Ausbildungsteam DAV Sektion Celle
Dienstag, 20. März,
18.30 - 21.30 Uhr (4 UStd.)
VHS, Trift 20, Saal
Gebühr: 10,00 €

Kletterkurse im Bereich
Junge VHS - Familienangebote

CE4911
Wandern: Kartenkunde und Orientierung

Wer hat sich nicht schon mal gefragt „Was ist das dort eigentlich für ein Berg?“, oder ist auf seiner Bergwanderung in schlechtes Wetter gekommen und war sich nicht mehr sicher, noch auf dem richtigen Weg zu sein. Wir zeigen das Rückwärts- oder Vorwärtseinschneiden mit Karte und Kompass ebenso, wie die sichere Orientierung aus der Karte mit Hilfe von Symbolen, Legende, Schraffierung und Schummerung.

Ausbildungsteam DAV Sektion Celle
Montag, 7. Mai,
18.30 - 21.30 Uhr (4 UStd.)
VHS, Trift 20, Saal
Gebühr: 12,50 €

Kochen

CE4801
Das Kochduell



Hier müssen Sie kreativ sein! Sie kochen ohne Rezept und was genau gekocht wird, entsteht am jeweiligen Kochabend. Jeder Teilnehmende bringt Lebensmittel im Wert von 3,00 € mit. Dann werden Gruppen gebildet und jede Gruppe versucht „im Duell“ mit den vorhandenen Lebensmitteln ein leckeres Gericht zu zaubern. Selbstverständlich wird zum Schluss alles verköstigt und - bewertet.
Die Siegergruppe bekommt einen Kochlöffel und wer am Ende der Kochabende die meisten Kochlöffel hat, gewinnt die goldene Kochmütze.

Petra Thar, Gästeführerin
Vorbesprechung: Mittwoch, 2. Mai,
18.30 - 19.15 Uhr
Kochabende: Montag, 7., 14. und 21. Mai,
jeweils 18.30 - 22.30 Uhr (17 UStd.)
Celle, KüBau Küchenkonzepte,
Maschweg 15
Gebühr: 51,50 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE4802
Kulinarische Männerrunde
Thema: Fisch

Fisch schwimmt, klar! Er schwimmt aber nicht nur im Wasser, sondern auch auf der Welle des Erfolges. Und das mit Recht. Fisch ist leicht & bekömmlich, in der Zubereitung variantenreich, gesund und Fisch bietet eine Vielfalt an Geschmackskreationen. Grund genug, dass man(n) sich diesem Thema stellt.

Anneliese Stadie
mittwochs, ab 8. Februar,
18.30 - 21.30 Uhr, 2 Abende (8 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 40,00 € (einschließlich Lebensmittelkosten)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE4803
Kulinarische Männerrunde
Thema: Fisch

Kursinhalt s. o.

Anneliese Stadie
donnerstags, ab 9. Februar,
18.30 - 21.30 Uhr, 2 Abende (8 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 40,00 € (einschließlich Lebensmittelkosten)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE4804
Küche querbeet

Ein Mix aus „Allem", was die Jahreszeit bereit stellt. Lassen Sie sich von den Koch- und Backrezepten für Ihre Küche daheim inspirieren ...

Anneliese Stadie
mittwochs, ab 22. Februar,
18.30 - 21.30 Uhr, 2 Abende (8 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 36,00 € (einschließlich Lebensmittelkosten)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE4805
Küche querbeet

Kursinhalt s. o.

Anneliese Stadie
donnerstags, ab 23. Februar,
18.30 - 21.30 Uhr, 2 Abende (8 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 36,00 € (einschließlich Lebensmittelkosten)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE4806
Kräuterküche

Kräuter sind die besten Zutaten für eine Frühlings- und/oder Sommerküche.
Genießen Sie den Duft bei der Verarbeitung, lassen Sie sich von den vielen Möglichkeiten verführen und erfahren Sie Wissenswertes über die richtige Verarbeitung.

Ulrike Bähring, Gesundheitsberaterin GGB
mittwochs, ab 18. April,
18.30 - 21.30 Uhr, 2 Abende (8 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 36,00 € (einschließlich Lebensmittelkosten)

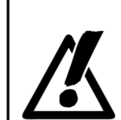
Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE4807
Rot / grün gemischt
Tomaten & Zucchini

Zwei „Renner", die jetzt im Überfluss auf dem Markt sind.
Die besonderen Rezepte dazu sowie das Spiel mit den Farben rot/grün zeigen wir Ihnen an diesem Abend.

Ulrike Bähring, Gesundheitsberaterin GGB
Mittwoch, 9. Mai,
18.30 - 21.30 Uhr (4 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 18,00 € (einschließlich Lebensmittelkosten)

Schriftliche Anmeldung erforderlich



Bitte denken Sie daran, ein Geschirrtuch und evtl. leere Behälter für übrig gebliebene Speisen mitzubringen.

CE4808
Frühling lässt sein blaues Band ...

.... ein sehr bekanntes Frühlingsgedicht von Eduard Möricke aber – ein Gedicht werden auch unsere Frühlingsrezepte sein.
Unvergesslich – aber bestimmt nicht einmalig, denn ganz bestimmt werden Sie sie zu Hause nachkochen.

Christa Schilbock
Dienstag, 15. Mai,
18.00 - 21.45 Uhr (5 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 23,50 € (einschließlich Lebensmittelkosten)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE4809
Zum Idealgewicht
mit vitalstoffreicher Ernährung

– Man ist, was man isst! –
Hier geht es um eine vitalstoffreiche Ernährung, die alles enthält, was unser Organismus benötigt, damit die Stoffwechselvorgänge ungestört ablaufen können. So können wir die Ursache für zu viele Pfunde angehen und so ist es wieder möglich, dauerhaft das natürliche Körpergewicht – das Idealgewicht – zu erreichen.
Entscheidend ist die Vollwertigkeit der Nahrung, ein Kalorien zählen gibt es dabei nicht.
Mit tollen Rezepten aus der vitalstoffreichen Vollwertküche ist Genuss und Freude am Essen garantiert. Zubereitet wird auf vollwertig-vegetarischer Basis; einschließlich Eier und Käse.
In Theorie & Praxis nähern wir uns gemeinsam dem Thema ...

Karin Weßler, Gesundheitsberaterin (GGB)
donnerstags, ab 8. März,
18.30 - 21.30 Uhr, 2 Abende (8 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 34,00 € (einschließlich Lebensmittelkosten)

Schriftliche Anmeldung erforderlich



Gewichtscoaching für Frauen siehe CE4112

CE4810
Zwei Genussabende, zwei Themen ...

1. Spargel, die Königin unter den Gemüsen
2. Tapas, die Mutter aller kleinen Köstlichkeiten

Lassen Sie sich von den kreativen Rezepten und den köstlichen Zutaten verführen!

Christa Schilbock
Dienstag, 12. Juni und 3. Juli,
18.00 - 21.45 Uhr (10 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 55,00 € (einschließlich Lebensmittelkosten)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE4811
Teig – ein Wort mit vielen Unterschieden

Aus Teig kann etwas Leckeres entstehen ... 1000 verschiedene Dinge.
Wir werden an diesem Abend vier italienische Varianten ausprobieren, einen Pizza-, einen Rühr-, einen Brot- und einen Nudelteig.
Was muss ich bei den unterschiedlichen Teigarten beachten? Welcher Teig muss besonders lange geknetet werden, welcher braucht Ruhe und welcher Teig ist nur mit einer ganz bestimmten Mehlsorte zufrieden?

Domenica Montemurro
Freitag, 16. März,
17.30 - 22.00 Uhr (6 UStd.)
Hambühren, Haupt- und Realschule, Küche
Gebühr: 27,00 € (einschließlich Lebensmittelkosten)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE4812
Tour de France
„kulinarisch"

Begleiten Sie uns in die Berge, zu den Flüssen und Tälern, an die Küste.
Von überall servieren wir Ihnen Spezialitäten der Region.
An diesen zwei Abenden wollen wir die Vielfalt der französischen Küche kennen und lieben lernen. Lassen Sie sich mit dem Duft von Kräutern und köstlichen Zutaten davon überzeugen, dass gerade die französische Küche mit Bodenständigem hoch hinaus kann.

Christa Schilbock
dienstags, ab 7. Februar,
18.00 - 21.45 Uhr, 2 Abende (10 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 50,00 € (einschließlich Lebensmittelkosten)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE4813
Türkische Küche

Man nimmt sich Zeit zum Essen, ein türkischer Koch, eine türkische Köchin hält sich nicht an starre Rezepte, sondern bereitet mit Fantasie zu, was der Markt zur Zeit bietet. So werden wir die türkischen Kochabende gestalten und genießen!

Füsun Meyer, Lehrerin
Donnerstag, 19. April und 3. Mai, jeweils 18.30 - 21.30 Uhr (8 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 30,00 €
(einschließlich Lebensmittelkosten)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE4814
Türkische Küche

Kursinhalt s. o.

Füsun Meyer, Lehrerin
Montag, 25. und Donnerstag, 28. Juni, jeweils 18.30 - 21.30 Uhr (8 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 30,00 €
(einschließlich Lebensmittelkosten)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE4815
Russische Küche

Das große Land kulinarisch entdecken, traditionelle Mahlzeiten und auch Besonderheiten ausprobieren, die Esskultur kennen lernen ...
So können Sie auf eine spannende Entdeckungsreise gehen und „Russland“ genießen.

Evgenia Panteleeva-Stammen
Montag, 7. und 21. Mai, jeweils 18.30 - 21.30 Uhr (8 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 40,00 €
(einschließlich Lebensmittelkosten)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE4816
Thailändische Küche

Nirgendwo in Asien wird leichter, delikater, bekömmlicher und zugleich so würzig und intensiv gekocht wie in Thailand. Viel Gemüse und Kräuter geben Duft und Farbe, wenig Fett und tierische Lebensmittel machen das Essen so bekömmlich und – ob feurig, scharf oder samtig mild, ob etwas ausgefallen oder ganz einfach – bei der Fülle von Rezepten kommen alle Genießer auf den Geschmack.

Panprapai Vieth
montags, ab 27. Februar, 18.30 - 21.30 Uhr, 3 Abende (12 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 50,00 €
(einschließlich Lebensmittelkosten für die ersten beiden Abende. Die Lebensmittelkosten für den weiteren Abend werden mit der Dozentin abgerechnet.)

Schriftliche Anmeldung erforderlich



Projekt „Kulturelle KLICKS“: „Kühlschränke“
Foto: Martin Dobroschke

CE4817
Gerichte aus dem Wok

Mit tollen Rezepten, die nicht nur aus Asien stammen, werden Sie die Vielfältigkeit des Woks kennen lernen. Garen, Braten, Kochen ... und noch mehr ist möglich! Lassen Sie uns das Kochen wie in China erleben.

Kexun Busch
dienstags, ab 6. März, 18.00 - 21.00 Uhr, 3 Abende (12 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 52,00 €
(einschließlich Lebensmittelkosten für die ersten beiden Abende. Die Lebensmittelkosten für den weiteren Abend werden mit der Dozentin abgerechnet.)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

Besonderes in den Außenstellen

BE Englisch und Deutsch – entspannt in die Prüfung (BE0901)
Spanisch lernen und Tapas genießen (BE3201)

ES Natur- und Wildnistage für Kinder (ES0901)
Vogelkundliche Wanderung (ES0401)
Fasten- neuer Schwung für den Körper (ES4801)

FA PC für Jugendliche (FA0901)
Djembe/Percussion (FA2801)
Line Dance (FA4602)

FL Geschichtliches und Geschichten aus Celle (FL0101)
Vogelkundliche Wanderung in den Drömling (FL0401)
Von Australien bis Singapur (FL0501)
Mein Fahrrad repariere ich selbst (FL1401)
Frauen des Klosters Wienhausen (FL2201)

HA Niemand ist falsch gekleidet (HA4001)
Allgemeine Fitness für jede/en (HA4513)

HE Flyer, Website, PR- für Selbstständige (HE 1003)
Tiere, Tiere, Tiere (HE2702)
WenDo - Selbstverteidiung (HE 4305)
La mia cucina a italiana (HE 4806)

LA Kreative Schachteln (LA2601)
Verschiedene Sticktechniken (LA2701)
Brush up your english (LA3103)
Türkische Küche (LA4802)

UN Französisch (UN3401)
Walking with the Togu Brasil (UN4504)
Machen Bananen glücklich (UN4802)

WA Liedbegleitung mit der Gitarre (WA2801)
Experiment Malen (WA2401)
Genussabend x2 (WA4805)

WI Ein Kinderstadtplan entsteht (WI0901)
Mit Genuss zum Wohlfühlgewicht (WI4801)
Kreativ im Netz (WI5101)
Wir lernen Deutsch (WI6101)

WN Studienreise Spanien (WN0101)
Bildhafte Stickerei - Klosterstich (WN2701)
Schüßler Salze für die Haut (WN4101)

Dozentenfortbildung

12ACE9901

Kursmanagement I: „Lust auf Lernen, aber was?“

Methoden der Lernbedarfsanalyse nicht nur für In-house-Schulungen
Baustein des Lehrgangs „Lehren lernen“
Wochenendseminar

In Zusammenarbeit mit der Agentur für Erwachsenen- und Weiterbildung, Hannover

Im Rahmen betrieblicher Weiterbildung sind Formen der Lernbedarfsanalyse entwickelt worden. Sie sollen die Planung von Bildung enger am subjektiven und objektiven Lernbedarf ausrichten. Sie können im Vorfeld der Planung, aber auch während eines längeren Lehrgangs eingesetzt werden. Solche Methoden können abgewandelt eine Hilfe sein, Themen und Inhalte von Kursen enger am Lernbedarf entlang zu planen.
Es werden Methoden vorgestellt und ihre Aussagekraft diskutiert. Ziel des praktischen Teils ist, ein Instrument für die Bedarfsanalyse im Rahmen der eigenen Kursarbeit zu entwickeln.
Verbindliche Anmeldung bis spätestens 3 Wochen vor Veranstaltungstermin.
Rücktrittsgebühr: 20,00 €

Werner Tiede
Samstag, 18. Februar, 10.00 - 18.00 Uhr (9 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 3

Schriftiche Anmeldung über die Agentur für Erwachsenen- und Weiterbildung (www.aewb-nds.de) erforderlich

12BCE9901

Kursmanagement IV:

Einen Anfang finden - Zum Ende kommen
Baustein des Lehrgangs „Lehren lernen“
Wochenendseminar

In Zusammenarbeit mit der Agentur für Erwachsenen- und Weiterbildung, Hannover

Einen Anfang finden. Die Art, wie Kursleiter/-innen zum Kursbeginn ein förderliches Gruppenklima entstehen lassen und Unsicherheiten sinnvoll handhaben, hat entscheidende Auswirkungen auf den weiteren Verlauf. Die Kursleitung hat ebenfalls die Aufgabe, einen angemessenen Auswertungs- und Abschiedsprozess zu fördern: zum guten Ende kommen, d.h. inhaltlich und emotional Abschied nehmen. Diese Fortbildung richtet sich an Kursleiter/-innen, die ihre Handlungsmöglichkeiten für die Gestaltung von Kursbeginn und -ende erweitern wollen. Ziel ist es, themen- und gruppenabhängige Möglichkeiten zu reflektieren.
Verbindliche Anmeldung bis spätestens 3 Wochen vor dem Veranstaltungstermin.
Rücktrittsgebühr: 20,00 €

Dietbert Musall
Samstag, 22. September, 10.00 - 18.00 Uhr (9 UStd.)
VHS, Trift 20, Saal

Schriftiche Anmeldung über die Agentur für Erwachsenen- und Weiterbildung (www.aewb-nds.de) erforderlich

12ACE9903

Kollegiale Beratung für Dozenten/innen

Lösungsideen für Unterrichtsproblematiken und Teilnehmendenkonflikte

Kollegiale Beratung ist ein systematisches Beratungsgespräch, in dem KollegInnen (etwa DozentInnen) sich nach einer vorgegebenen Gesprächsstruktur wechselseitig zu beruflichen Fragen und Schlüsselthemen beraten und gemeinsam Lösungen entwickeln.
Nach einem festen Ablauf mit 6 Phasen leitet ein/e TeilnehmerIn als ModeratorIn die Gruppe durch das Beratungsgespräch und aktiviert dabei die Erfahrungen und Ideen der übrigen TeilnehmerInnen. Unter Anleitung der/s Moderators/-in beraten somit alle TeilnehmerInnen den Fall und suchen nach Anregungen und Lösungsideen, die weiterbringen sollen. Die Phasen und Rollen der Methode „Kollegialen Beratung“ werden erläutert und mit praktischen Beispielen belebt. Ein konkreter Beratungsprozess soll exemplarisch für mögliche Unterrichtsproblematiken und Teilnehmendenkonflikte durchgespielt werden. Die Gruppe arbeitet dann teils eigenständig, teils unter Begleitung der Referentin.
Info und Kontakt: Liliane Steinke, Tel.: 05141/9298-22, l.steinke@vhs-celle.de

Brigitte Mende
dienstags, ab 26. Juni, 18.00 - 21.00 Uhr, 3 Abende (10 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 20
Die Teilnahme ist Kostenfrei

Anmeldung direkt über die VHS Celle

Gesundheit

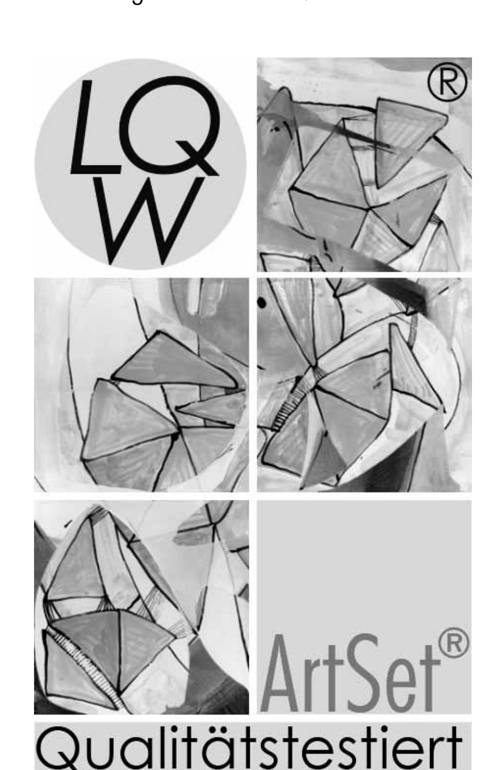
Weitere Informationen über programmbereichsspezifische Fortbildung und Fachbereichskonferenzen erhalten Sie über:

Markus Fink, Tel. 05141/9298-23
EDV, Kaufmännisches, Politik, Berufliche Bildung

Karlheinz Rehling, Tel. 05141/9298-24
Kultur, Sprachen

Birgit Schwier-Fuchs, Tel. 05141/9298-20
Deutsch, Alpha, Interkulturelle Bildung

Tessa Twele, Tel. 05141/9298-21
Gesundheit, vhsConcept, Schulabschlüsse, Pädagogik



EDV-Kurse

Programmbereichsleitung:
Markus Fink

Bitte beachten Sie, dass das widerrechtliche Kopieren von lizensierter Software verboten ist und eine strafbare Handlung darstellt. Die Teilnehmer an EDV-Kursen erklären durch ihre Anmeldung, an den Anlagen der Volkshochschule und der Schulen weder Anwendungs- noch Systemsoftware unerlaubt zu kopieren.



Für die folgenden Kurse ist die Teilnehmerzahl begrenzt. Schriftliche Anmeldungen sind für alle Kurse im EDV-Bereich erforderlich. Sie werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt und bestätigt.

EDV-Kursberatung

Am Donnerstag, 26. Januar, findet um 18.30 Uhr im Saal der VHS, Trift 20, eine Einführungsveranstaltung für alle neuen Interessenten an unseren EDV-Kursen statt.
Dozenten und Programmbereichsleiter erläutern Ihnen das Kurs- und Lehrgangsangebot, geben Auskunft über Inhalte und Ziele.
Eine Anmeldung zu diesem Informationsabend ist nicht erforderlich.

CE5101

Windows 7 und Microsoft Office

Bildungsurlaub

Der Kurs vermittelt die elementaren Grundlagen des Betriebssystem Windows 7. Zusätzlich werden die Grundlagen der Office-Suite dargestellt.

Themenschwerpunkte:
- Das Betriebssystem, Hard-/ Softwarevoraussetzungen, Installation, Inbetriebnahme eines PCs
- Systemsteuerung, Benutzerverwaltung
- Desktop, Dateiverwaltung, Dateien drucken
- Anwendungen
- Office-Paket mit Word, Excel, PowerPoint, Outlook
- Zahlreiche Übungsaufgaben zur Vertiefung

Voraussetzungen: Der Kurs richtet sich an Teilnehmende, die bereits erste Erfahrungen mit einem PC gemacht haben.

Rainer Weßlowsky, Dipl.-Ingenieur
Montag, 25. bis Freitag, 29. Juni, jeweils 8.00 - 16.00 Uhr, 5 Tage (40 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum
Gebühr: 120,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE5102

PC-Einstieg mit Windows 7

Wochenendkurs

In diesem Kurs lernen Sie praxisorientiert den Umgang mit dem PC. Mit Windows 7 wird Ihnen der Einstieg leicht gemacht.

Heinz-Wilhelm Hauke, Systemprogrammierer
Freitag, 2. März, 17.45 - 21.40 Uhr
Samstag, 3. März, 8.00 - 17.00 Uhr
Sonntag, 4. März, 8.00 - 13.00 Uhr
(20 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum
Gebühr: 60,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE5103

PC-Einstieg mit Windows 7

Kursinhalt s. o.

Thomas Drösemeyer, Dipl.-Verw.Wirt
dienstags, ab 8. Mai,
18.30 - 21.40 Uhr, 5 Abende (20 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum B
Gebühr: 60,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich



Grundlagen EDV siehe auch CE 5301

CE5104

PC-Einstieg für Fortgeschrittene

OFFICE-Anwendungen
Wochenendkurs

Themenschwerpunkte:
- Allgemein: Fensteraufbau der Office-Anwendungen Word, Excel, PowerPoint
- Word: Texteingabe und -formatierung, Einbinden von Grafiken
- Excel: Zellformatierung, einfache Berechnungen
- PowerPoint: Präsentationserstellung mit dem Assistenten

Die Teilnehmenden können zum ersten Abend einen Fragenkatalog mitbringen, der gemeinsam besprochen wird.

Voraussetzungen: Die Teilnehmenden sollten den Kurs PC-Einstieg mit Windows absolviert haben oder vergleichbare Kenntnisse und Fertigkeiten besitzen.

Heinz-Wilhelm Hauke, Systemprogrammierer
Freitag, 20. April, 17.45 - 21.40 Uhr
Samstag, 21. April, 8.00 - 17.00 Uhr
(15 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum
Gebühr: 45,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich



Tastenschreiben siehe auch CE 5901

CE5105

OPEN OFFICE

die kostenlose Alternative zu Word, Excel & Co.
Wochenendkurs

Wie mit Microsoft Office können Sie mit Open Office Texte, Präsentationen und Datenbanken erstellen sowie Tabellenkalkulationen ausführen. Aber im Gegensatz zum teuren Microsoft Office ist Open Office kostenlos und voll kompatibel, d.h. Sie können Dateien der MS Office-Programme mit Open Office bearbeiten und für die Weiterverarbeitung unter MS Office abspeichern.

Themenschwerpunkte:
- Anspruchsvolle Texte (Briefe, Bewerbungen etc.) anfertigen
- Persönliche Präsentationen erstellen
- Einfache Tabellenkalkulationen durchführen

Vorausgesetzt werden Grundkenntnisse in Windows.

Heinz-Wilhelm Hauke, Systemprogrammierer
Freitag, 11. Mai, 17.45 - 21.40 Uhr
Samstag, 12. Mai, 8.00 - 17.00 Uhr
(15 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum
Gebühr: 45,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE5106

Formulare nutzen und selbst erstellen mit WORD 2010



Auf jedem Büroarbeitsplatz gibt es sie: Vorgefertigte Formulare, die schnell ausgefüllt werden können: Bescheinigungen, Kurzmitteilungen, Telefonnotizen und viele mehr.
Word bietet für Erstellen und Ausfüllen von Formularen spezielle Werkzeuge und besondere Funktionen, mit denen Sie sich die tägliche Arbeit erheblich erleichtern können.
Sie lernen Formulare mit Standardtext und den speziellen auszufüllenden Bereichen kennen. Sie erlernen insbesondere
- das Einfügen von Formularfeldern,
- das Festlegen der speziellen Eigenschaften der Formularfelder,
- wie Formulare geschützt, ausgefüllt und gedruckt werden.

Microsoft-Lizenzen für Teilnehmende aus unseren VHS-Kursen

Im Rahmen einer Zusatz-Vereinbarung zum Microsoft SELECT-Vertrag zwischen dem Deutschen Volkshochschul-Verband e.V., der Microsoft Deutschland GmbH und cobra Vertrieb für Forschung & Lehre GmbH ist es Teilnehmenden an EDV-Kursen der Volkshochschulen möglich, Microsoft-Produkte zu „Select-Preisen“ zu erwerben. Auszug aus dem Programm:

MS Windows 7 Professional
Enthält eine Lizenz für einen Arbeitsplatz sowie die Installations-CD. Als Update-Basis muss Windows XP oder Windows Vista vorhanden sein.
89,00 € inkl. MwSt.

Office 2010 Professional Plus
Enthält eine Lizenz für einen Arbeitsplatz sowie die Installations-CD. Office Professional Plus beinhaltet unter anderem Word 2010, Excel 2010, PowerPoint 2010, Outlook 2010, Publisher 2010 und Access 2010.
95,00 € inkl. MwSt.

Voraussetzungen zum Bezug der Software:

Bezugsberechtigt ist jeder Teilnehmende eines EDV-Kurses an der Volkshochschule Celle. Teilnehmende an anderen VHS-Kursen sind nicht zum Bezug einer Microsoft-Lizenz für Kursteilnehmer berechtigt.

Die Verwendung der Software darf ausschließlich für private Zwecke in Übereinstimmung mit dem Lizenzvertrag erfolgen. Jegliche kommerzielle Verwendung der Software ist untersagt. Es kann nur jeweils eine Version von Office 2010 und Windows Vista erworben werden. Dies gilt unabhängig davon, wie viele EDV-Kurse besucht werden.

Der Bezug einer Microsoft-Lizenz ist wie folgt möglich:

1. Der interessierte VHS-Kurs-Teilnehmende erhält von dem Dozenten, der Dozentin das Bestellformular, den Microsoft-Studenten-Lizenzvertrag und die aktuelle Teilnahmebescheinigung.
2. Der Teilnehmende richtet seine Bestellung unter Anlage des ausgefüllten Microsoft-Studenten-Lizenzvertrages (2-fach) sowie der Teilnahmebescheinigung der VHS per Briefpost direkt an die Firma cobra.
3. Die Auslieferung der Software sowie die Rücksendung eines Exemplares des akzeptierten Microsoft-Studenten-Lizenzvertrages und die Rechnungsstellung erfolgt direkt an den Kurs-Teilnehmer. Die Lieferzeit beträgt in der Regel 5 - 6 Werktage. Aufgrund der Zahlungsbedingungen der Firma cobra können Auslieferungen an Privatkunden nur per Nachnahme oder per Lastschrift erfolgen.

Voraussetzung zur Teilnahme sind gute Kenntnisse in Word 2010 oder Word 2007.

Peter Hoffmanns, Dipl.-Verwaltungswirt
Mittwoch, 27. Juni, 18.15 - 21.30 Uhr
(4 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum
Gebühr: 14,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich



Textverarbeitung
Word
siehe auch CE 5303

CE5107

Tabellenkalkulation mit EXCEL 2010

Bildungsurlaub

Microsoft Excel ist eine mächtige und gut bedienbare Tabellenkalkulation. Im Kurs lernen Sie den gekonnten Umgang mit Excel, um Aufgaben schnell und zuverlässig lösen zu können.

Themenschwerpunkte:
- Grundlegende Tabellenbearbeitung
- Funktionen und Namen
- Arbeitsmappen effektiv nutzen
- Grafiken und Diagramme

Nach Absolvierung des Kurses kann die Prüfung „Tabellenkalkulation“ für den Europäischen ComputerPasse Xpert abgelegt werden. Details siehe Bereich XPERT ab CE5301.

Die Teilnehmenden sollten den Kurs Grundlagen der EDV mit Windows absolviert haben oder vergleichbare Kenntnisse und Fähigkeiten haben.

Rainer Weßlowsky, Dipl.-Ingenieur
Montag, 2. bis Freitag, 6. Juli,
jeweils 8.00 - 16.00 Uhr,
5 Tage (40 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum
Gebühr: 155,00 € (inklusive Lernmittel)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE5108

Tabellenkalkulation EXCEL 2010

Fortgeschrittene Techniken

- Rechnen mit Datum und Uhrzeit
- Bedingte Formatierung
- Pivot-Tabellen
- Benutzerdefinierte Funktionen
- Formelüberwachung

Vorausgesetzt werden Grundkenntnisse in Windows und Excel.

Michael Heuer
Freitag, 8. Juni, 18.30 - 21.40 Uhr
Samstag, 9. Juni, 9.00 - 16.00 Uhr
(12 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum
Gebühr: 42,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich



Tabellenkalkulation
Excel
siehe auch CE 5308

CE5109

MS Publisher 2010

Wochenendkurs

MS Publisher eignet sich für die Erstellung einer Zeitung oder das Anfertigung von Flyern, Broschüren und anderer Druckerzeugnisse.

Themenschwerpunkte:
- Das Design eines Magazins/Flyers selbst gestalten
- Mehrspaltiger Textsatz
- Formatieren, Einfügen und Skalieren von Fotos
- Gruppieren, Ausrichten, Verteilen und Drehen von Objekten
- Hilfslinien / Basislinien
- Tabellen

Vorausgesetzt werden Grundkenntnisse in Windows und einer Office-Anwendung.

Matthias Claußen, Systemanalytiker
Freitag, 23. März, 18.30 - 21.40 Uhr
Samstag, 24. März, 9.00 - 13.15 Uhr
(9 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum B
Gebühr: 31,50 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE5110

Troubleshooting - Hilfe zur Selbsthilfe am PC

In diesem Kurs lernen Sie, PC-Fehler einzugrenzen und zu analysieren. Sie erstellen eigene Notfallmedien und lernen Notfallprogramme anzuwenden.
Der erste Abend widmet sich der Theorie. Ab dem zweiten Abend wird das Gelernte praktisch umgesetzt.

Bitte mitbringen: USB-Stick mit mindestens 1 GB Kapazität

Vorausgesetzt werden Grundkenntnisse in Linux oder Windows.

Carsten Holdack, System- und Netzwerkadministrator
dienstags, ab 6. März,
18.30 - 21.40 Uhr, 3 Abende (12 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum B
Gebühr: 42,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich



PC-Systembetreuer/-in
siehe Bereich
EDV-Lehrgänge
CE5701

CE5111

Umgang mit vertraulichen Daten auf USB-Sticks

USB-Sticks sind mittlerweile nicht mehr wegzudenken. Auf diesen kleinen leistungsfähigen Speichern werden Daten aller Art transportiert oder einfach nur als Sicherheitskopie gespeichert. Selbst vertrauliche Daten finden oft den Weg auf dieses Speichermedium. Nur was pas-

siert, wenn der USB-Stick in fremde Hände gelangt?
In diesem Kurs wird gezeigt, wie sensible Daten auch auf einem USB-Stick sicher aufbewahrt und transportiert werden können.
Mittels einer kostenlosen Software werden Dateien verschlüsselt und können nur von berechtigten Personen wieder entschlüsselt und geöffnet werden. Ein USB-Stick wird von der VHS bereit gestellt und ist in den Kursgebühren enthalten.

Vorausgesetzt werden Grundkenntnisse in Windows

Matthias Claußen, Systemanalytiker
Dienstag, 20. März, 18.30 - 20.45 Uhr (3 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum
Gebühr: 15,00 € (inklusive Lernmittel)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE5112

Die individuelle eigene Homepage

HTML, CSS

Dieser Kurs vermittelt die Fertigkeiten, um eine individuelle eigene Internetseite zu erstellen. Es wird von der Planung der Homepage über die verschiedenen Techniken der Webseitengestaltung bis zur erfolgreichen Übertragung in das Internet an Hand von praktischen Beispielen durch die Kursteilnehmenden ein beispielhafter Internetauftritt erstellt.

Themenschwerpunkte:

- Übersicht über verschiedene Techniken (Baukasten, Management System, Individualseite)
- Programme zur Gestaltung von Internetseiten
- Textformatierungen
- Einfügen von Grafiken/Bildern
- Navigation/Hyperlinks
- Tabellen
- Cascading Style Sheet (CSS)
- Einbindung von JavaScript (Implementierung von bestehenden Scripten)
- Erstellen einer Image Map
- Formular erstellen
- WWW-Seite ins Internet bringen

Matthias Claußen, Systemanalytiker
donnerstags, ab 23. Februar, 18.30 - 21.40 Uhr, 5 Abende (20 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum B
Gebühr: 70,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich



CMS - Online Designer siehe Bereich EDV-Lehrgänge ab CE 5711

CE5113

Einführung in AutoCAD 2011

Konstruktion und Visualisierung
Wochenendkurs (Teil 1)

Dieser Kurs führt von Grund auf in das Arbeiten mit AutoCAD ein, erklärt alle Funktionen anhand von praxisrelevanten Arbeitsbeispielen und macht Sie fit für die professionelle Anwendung. Er erklärt detailliert, wie Sie die neue Menüoberfläche von AutoCAD viel einfacher als bisher bedienen, wie Sie mit AutoCAD zeichnen und Befehle ausführen, so dass Sie von Anfang an die richtigen Tastenfolgen beherrschen.

Themenschwerpunkte:

- Installation und erste Schritte
- Die Benutzeroberfläche von AutoCAD
- Funktionen der Maustasten, Griffe und Objektauswahlen
- Befehlseingabemöglichkeiten
- Die Anwendungsstatusleiste
- Techniken der Konstruktionszeichnung

Vorausgesetzt werden Grundkenntnisse in Windows.

Gregor Hensel, Maschinenbauingenieur
Samstag, 3. und 10. März,
jeweils 9.00 - 16.00 Uhr, und
Sonntag, 4. und 11. März,
jeweils 9.00 - 12.15 Uhr (24 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum B
Gebühr: 96,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE5114

Praktischer Umgang mit AutoCAD 2011

Konstruktion und Visualisierung
Wochenendkurs (Teil 2)

Die Inhalte von „Einführung in AutoCAD 2011" werden kurz wiederholt.
Die Übungsbeispiele werden um die dritte Dimension erweitert und fotorealistisch präsentiert.
Neben der Präsentation der Pläne wird auch das Exportieren in alle erdenklichen Datei-Formate gezeigt sowie das Drucken der Pläne oder das Erstellen einer PDF-Datei.

Themenschwerpunkte

- Zeichnungen ändern und per Parameter anpassen
- Die 2D-Zusammenstellungszeichnung
- Dreidimensionale Konstruktionen
- Unterschiedliche Dateiformate importieren und exportieren
- Fotorealistische Bilder und Filme erstellen

Die Teilnehmenden sollten den Kurs Einführung in AutoCAD 2010 besucht haben oder vergleichbare Kenntnisse und Fertigkeiten haben.

Gregor Hensel, Maschinenbauingenieur
Samstag, 5. und 12. Mai,
jeweils 9.00 - 16.00 Uhr, und
Sonntag, 6. und 13. Mai,
jeweils 9.00 - 12.15 Uhr (24 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum B
Gebühr: 96,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE5115

AutoCAD 2011

Konstruktion und Visualisierung
Bildungsurlaub

Dieser Kurs führt Sie von den ersten Schritten bis hin zur professionellen Anwendung durch AutoCAD. Sie lernen die neue Menüoberfläche kennen und von Anfang an die richtigen Tastenfolgen beherrschen.
Sie lernen aus alten Plänen moderne Konstruktionszeichnungen erstellen sowie 3-dimensional zu konstruieren und in alle erdenklichen Formate zu exportieren. Die meisten Beispiele sind auch für AutoCAD 2010 LT anwendbar.

Themenschwerpunkte:

- Installation und erste Schritte
- Die Benutzeroberfläche von AutoCAD
- Funktionen der Maustasten, Griffe und Objektauswahlen
- Befehlseingabemöglichkeiten
- Die Anwendungsstatusleiste
- Techniken der Konstruktionszeichnung
- Zeichnungen ändern und per Parameter anpassen
- Die 2D-Zusammenstellungszeichnung
- Dreidimensionale Konstruktionen
- Unterschiedliche Dateiformate importieren und exportieren

Vorausgesetzt werden Grundkenntnisse in Windows.

Gregor Hensel, Maschinenbauingenieur
Montag, 4. bis Freitag, 8. Juni,
jeweils 8.00 - 16.00 Uhr, 5 Tage (40 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum B
Gebühr: 160,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE5116

Text- und Seitengestaltung

mit Adobe INDESIGN CS4

InDesign ist ein professionelles Desktop-Publishing-Programm für die Gestaltung von Print-Produkten, wie Flyern und Katalogen.
Im Kurs lernen Sie die kreativen Möglichkeiten und Vorteile von InDesign kennen, um Ihren Druckmedien ein ansprechendes Äußeres zu verleihen.

Themenschwerpunkte:

- Benutzeroberfläche und Werkzeuge
- Im- und Export von Daten
- Umgang mit Tabellen, Bildern, Ebenen
- Bearbeitung von Objekten
- Einsatz von Farben
- Hilfsmittel für die Gestaltung des Layouts

Vorausgesetzt werden Grundkenntnisse in Windows.

Torsten Kämpfert, Lehrer für Fachpraxis
dienstags, ab 7. Februar, 18.30 - 21.40 Uhr, 4 Abende (16 UStd.)
Axel-Bruns-Schule, Lönsweg
Gebühr: 64,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

Neue Medien, Web 2.0

CE5117

ASCII, BCC, DNS, DHCO, XML, YAST, ZFS - Alles Klar?



Abkürzungen von A bis Z

Die EDV hat eine Vielzahl spezieller Abkürzungen.
Der Abend bietet Ihnen Hilfestellungen zum Ergründen der Begriffe und zum Verständnis der Zusammenhänge. Dieser Kurs ist als Workshop konzipiert. Das bietet den Teilnehmenden die optimale Möglichkeit auf die eigenen Fragen Antworten zu erhalten.

Carsten Holdack, System- und Netzwerkadministrator
Donnerstag, 10. Mai, 18.30 - 20.45 Uhr (3 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum B
Gebühr: 9,00 €

CE5118

Android Smartphones

Workshop

Android ist neben IOS von Apple das erfolgreichste Smartphone-Betriebssystem. Lernen Sie das System kennen und bringen Sie Ihre eigenen Fragen mit!



Themenschwerpunkte:
- Grundlagen
- Möglichkeiten und Gefahren
- Anwendungen (Browser und Apps)

Wenn Sie ein Android-Smartphone besitzen, bringen Sie es bitte zum Kurs mit.

Carsten Holdack, System- und Netzwerkadministrator
Donnerstag, 3. Mai, 18.30 - 21.40 Uhr (4 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum B
Gebühr: 12,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE5119

Ipod, Iphone, Ipad

Wochenendkurs



Der Kurs gibt einen Überblick über die Möglichkeiten, die Sie mit den kleinen Geräten von Apple haben. Sie erfahren Tipps und Kniffe, die Sie nicht im Benutzerhandbuch finden und wie Sie gekonnt die ganze Power der Hardware ausnutzen.

Themenschwerpunkte:
- Einrichten der Geräte
- Anbindung an das Internet
- Empfehlenswerte Apps
- iTunes Anbindung, Ordnerverwaltung
- Blick über den Tellerrand - was kommt noch?

Wenn Sie eines der Geräte besitzen, bringen Sie es bitte zum Kurs mit.

Peter Fricke, PC-Systembetreuer
Samstag, 21. April, 13.30 - 17.30 Uhr (5 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum B
Gebühr: 15,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE5120

Social Networks -

Neue Gemeinschaften im Internet
Wie funktionieren StudiVZ, Facebook, Google+, Xing, Twitter und Co.
Wochenendkurs



Social Networks sind Treffpunkte im Internet, an denen sich Benutzer/-innen virtuell treffen, vernetzen und austauschen können. Der Kurs gibt einen Einblick in die verschiedenen Möglichkeiten dieser neuen Art der Kommunikation und Kontaktpflege. Der Kurs wendet sich an Teilnehmende, die diese neue Art der Kommunikation nutzen wollen, aber auch an Eltern, die wissen wollen, was ihre Kinder eigentlich im Netz tun: ein wichtiges Thema wird der Schutz der Privatsphäre in den Sozialen Netzwerken sein.

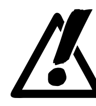
Vorausgesetzt werden Grundkenntnisse in Windows.

Rainer Weßlowsky, Dipl.-Ingenieur
Samstag, 21. April, 9.00 - 13.00 Uhr (5 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum B
Gebühr: 16,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE5121

Cyber-Mobbing - die unterschätzte Gefahr!



Wochenendkurs

Diffamierung, Belästigung und Bedrängung anderer Menschen geschieht mittlerweile sogar über das Internet. Insbesondere Kinder und Jugendliche sind betroffen.
Der Kurs informiert über mögliche Anzeichen bei den Opfern. Außerdem lernen Sie, wie man Cyber Mobbing begegnet und wo Sie weitere Hilfestellung erhalten.

Vorausgesetzt werden Grundkenntnisse in Windows.

Rainer Weßlowsky, Dipl.-Ingenieur
Samstag, 17. März, 9.00 - 13.15 Uhr (5 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum B
Gebühr: 15,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE5122

Cloud Computing

Anwendungen und Speicherplatz im www
Wochenendkurs

Cloud Computing bedeutet Speicherplatz, überall verfügbar. Auch Anwenderprogramme, die im Internet aufgerufen werden, gehören dazu.
Im Kurs erfahren Sie, welche kostenlosen Möglichkeiten tatsächlich existieren und ob es sich dabei um ernsthafte Konkurrenz zu den bekannten kostenpflichtigen Lösungen handelt.

Themenschwerpunkte:
- Dropbox, MobilMe, Speicherplatz
- Office Lösungen (bsp. von Microsoft oder Google)
- Anwendungsmöglichkeiten
- Sicherheit und (versteckte) Kosten

Vorausgesetzt werden Grundkenntnisse in Windows.

Peter Fricke, PC-Systembetreuer
Samstag, 28. April, 9.00 - 13.00 Uhr (5 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum B
Gebühr: 15,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE5123

Google - viel mehr als eine Suchmaschine

Wochenendkurs

Die Firma Google ist weithin als Suchmaschinenanbieter bekannt. Überdies bietet die Firma auch viele kostenlose Dienstleistungen an, die einige kostenpflichtige Softwareangebote ersetzen können.

Themenschwerpunkte:
- Anlegen eines Google-Accounts (wenn gewünscht)
- Google Kalender
- Office-Programme im Netz (Text und Tabellen)

Vorausgesetzt werden Grundkenntnisse in Windows

Peter Fricke, PC-Systembetreuer
Samstag, 28. April, 13.30 - 17.30 Uhr (5 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum B
Gebühr: 16,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich



Webinare: die VHS Kurse im virtuellen Klassenzimmer



Die VHS kommt zu Ihnen nach Hause! Lernen Sie entspannt und zeitsparend von Ihrem PC zu Hause.

Webinar setzt sich zusammen aus den Wörtern *Web* und *Seminar.* Es ist also ein Seminar im Web oder anders ausgedrückt: ein Kurs, der live über das Internet stattfindet. Wenn Sie im Kurs Rückfragen haben oder sich an einer Diskussion beteiligen möchten, sprechen Sie einfach in Ihr Mikrofon. Ansonsten können Sie natürlich auch per Tastatur im Chat eine Rückmeldung abgeben.

Voraussetzungen:
Handelsüblicher PC (2 GHz Prozessor, 1 GB RAM), DSL und Headset
Windows XP, Vista, Windows 7
Grundlegende EDV Kenntnisse

Anmeldung direkt über www.vhs-webinare.de/vhs-ce

CE5151

Webinar: Spuren im Netz?



Welche Möglichkeiten gibt es, sich (fast) unerkannt im Netz zu bewegen?

Themenschwerpunkte:
- Anonymisierer: JAP, TOR
- Cookies, Cache, Browsereinstellungen
- IP-Adresse verschleiern
- Anonyme Mails verschicken
- Internetrecht

Rainer Weßlowsky, Dipl.-Ingenieur
Dienstag, 22. Mai, Donnerstag, 24. und 31. Mai, jeweils 18.00 - 19.00 Uhr, 3 Abende (4 UStd.)
Webinar
Gebühr: 15,00 €

Anmeldung online über:
www.vhs-webinare.de/vhs-ce

CE5152

Webinar: Arbeiten mit großen Dokumenten in WORD 2010



Behalten Sie den Überblick im Umgang mit großen, mehrseitigen Word-Dokumenten.

Themenschwerpunkte:
- Kopf- und Fußzeile gestalten
- Seitenzahlen, Bausteine, Grafiken
- Inhaltsverzeichnisse, Index

Voraussetzung: Word Grundkenntnisse

Rainer Weßlowsky, Dipl.-Ingenieur
Dienstag, 22. Mai, Donnerstag, 24. und 31. Mai, jeweils 19.15 - 20.15 Uhr, 3 Abende (4 UStd.)
Webinar
Gebühr: 15,00 €

Anmeldung online über:
www.vhs-webinare.de/vhs-ce

CE5153

Webinar: Korrespondenz DIN 5008 mit WORD 2010



Themenschwerpunkte:
- Briefe nach DIN 5008 gestalten
- Adressen, Telefonnummern, Kalenderdaten
- Betreff und Anrede
- E-Mails nach DIN 5008

Voraussetzung: Word Grundkenntnisse

Katja Hufschmidt, Diplom-Agraringenieurin
Dienstag, 5. und 12. Juni, Donnerstag, 7. Juni, jeweils 19.00 - 20.00 Uhr, 3 Abende (4 UStd.)
Webinar
Gebühr: 15,00 €

Anmeldung online über:
www.vhs-webinare.de/vhs-ce

CE5154

Webinar: Kaufmännisches Rechnen mit EXCEL 2010



Wichtige kaufmännische Fragen schnell und einfach in Excel lösen. Alles wesentliche über Statistik, Vertrieb, Controlling und Rechnungswesen wird in diesem Webinar vermittelt.

Voraussetzung: Kenntnisse in Excel und Mathematik der Sekundarstufe I

Dozent wird noch bekannt gegeben.
montags und donnerstags, 16. April - 10. Mai, 18.00 - 19.00 Uhr, 8 Abende (10,7 UStd.)
Webinar
Gebühr: 40,00 €

Anmeldung online über:
www.vhs-webinare.de/vhs-ce

Xpert Europäischer ComputerPass

EDV-Kursberatung

Am Donnerstag, 26. Januar, findet um 18.30 Uhr im Saal der VHS, Trift 20, eine Einführungsveranstaltung für alle neuen Interessenten an unseren EDV-Kursen statt.
Dozenten und Programmbereichsleiter erläutern Ihnen das Kurs- und Lehrgangsangebot, geben Auskunft über Inhalte und Ziele.
Eine Anmeldung zu diesem Informationsabend ist nicht erforderlich.

Das Lehrgangssystem umfasst folgende acht Bausteine:
Pflichtbausteine:
- Grundlagen der EDV (Xpert Starter)

Wahlbausteine:
- Textverarbeitung Basics
- Grundlagen der EDV (Win@Internet 2)
- Datenbankanwendung
- Tabellenkalkulation
- Textverarbeitung Professional
- Präsentation
- Kommunikation.

Die Bausteine schließen mit einer europaweit einheitlichen Prüfung ab. Für jede bestan-



dene Prüfung wird ein Zeugnis vergeben. Die Prüfungsgebühr beträgt pro Prüfung 48,00 €.
Nach erfolgreichem Abschluss des Pflichtbausteins „Grundlagen der EDV (Xpert Starter)" und zwei Wahlbausteinen wird der Abschluss zum „European Computer Passport Xpert" erreicht. Nachdem zwei weitere Bausteine erfolgreich absolviert wurden, wird der Abschluss „European Computer Passport Xpert Master" erworben.
Die Prüfungen zu den genannten 3 bzw. 5 Bausteinen müssen in 1 ½ bzw. 3 Jahren absolviert sein.
Die Lehrgänge können auch von Teilnehmenden besucht werden, die nicht den Abschluss European Computer Passport anstreben

CE5301

Grundlagen der EDV mit Windows 7

Xpert Starter

Dieser Kurs ist für alle gedacht, die zum ersten Mal an einem Personal Computer (PC) arbeiten wollen. Er vermittelt die Grundlagen der EDV und dient zugleich als Basis für alle weiterführenden Kurse.

Themenschwerpunkte:
- Bedienung der Benutzeroberfläche
- Programme und Programmnutzung
- Grundlagen Internet
- Nutzung des Internet Explorer
- Arbeiten und Recherche im WWW
- Elemente einer Webseite
- Arbeiten mit E-Mail
- Sicherheitsaspekte

Dieser Kurs ist Bestandteil des Lehrgangssystems Xpert Europäischer ComputerPass.

Heinz-Wilhelm Hauke, Systemprogrammierer
dienstags, ab 7. Februar, 18.30 - 21.40 Uhr, 6 Abende (24 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum
Gebühr: 102,00 € (inklusive Lernmittel)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE5302

Grundlagen der EDV mit Windows 7

Prüfungsvorbereitung

Der Kurs endet mit der Prüfung „Xpert Europäischer ComputerPass, Grundlagen der EDV mit Windows 7" am Dienstag, 8. Mai.
Das Lehrbuch „Xpert Europäischer ComputerPass - Xpert Starter" ist Pflichtlektüre und zur Prüfung zugelassen.

Voraussetzung: Die Teilnehmenden sollten den Kurs Grundlagen der EDV mit Windows 7 absolviert haben oder vergleichbare Kenntnisse und Fertigkeiten besitzen.

Heinz-Wilhelm Hauke, Systemprogrammierer
dienstags, ab 17. April,
18.30 - 21.40 Uhr, 3 Abende (12 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum
Gebühr: 76,00 € (inklusive Prüfungsgebühr)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

Textverarbeitung

WORD 2010

Der im Büro anfallende Schriftverkehr besteht überwiegend aus immer wiederkehrenden Textteilen, deren Bearbeitung mit Textverarbeitungssystemen wesentlich vereinfacht werden kann: Einmal geschriebene und gespeicherte Texte können schnell und einfach ohne erneute Erfassung korrigiert, ergänzt, verkürzt und umgestellt werden.

Die VHS Celle bietet fünf Module zur Textverarbeitung an:

Modul 1: Grundlagen
Modul 2: Aufbau I: Formatierung
Modul 3: Aufbau II: Dokumentgestaltung
Modul 4: Aufbau III: Tabellen und Serienbriefe
Modul 5: Prüfungsvorbereitung für Teilnehmende, die die Prüfung „Textverarbeitung" des Xpert Europäischen Computerpass ablegen wollen.

Die Lernmittel sind in der Gebühr zu Modul 1 enthalten.

Nach Absolvierung aller Module kann die Prüfung „Textverarbeitung" abgelegt werden. Die Prüfung entspricht einem Baustein des Lehrgangssystems Xpert Europäischer Computerpass.

Modul 1: Grundlagen

Themenschwerpunkte:
- Grundeinstellungen
- Textdateien erstellen, Korrekturen, Markierung
- Dateiablage
- Seitenansicht, Drucken

Voraussetzungen: Die Teilnehmenden sollten den Kurs „Grundlagen der EDV" absolviert haben oder vergleichbare Kenntnisse und Fertigkeiten besitzen.

Modul 2: Aufbau I: Formatierung

Themenschwerpunkte:
- Gestaltungsgrundlagen
- Zeichen- und Absatzformate
- Seitenlayout

Voraussetzungen: Die Teilnehmenden sollten den Kurs „Grundlagen der EDV" und „Textverarbeitung WORD 2010, Grundlagen" absolviert haben oder vergleichbare Kenntnisse und Fertigkeiten besitzen.

Modul 3: Aufbau II: Dokumentgestaltung

Themenschwerpunkte:
- Kopf- und Fußzeile
- Spalten
- Gestaltungsregeln für Standardbriefe
- Zeichnungselemente, Grafiken

Voraussetzungen: Die Teilnehmenden sollten den Kurs „Grundlagen der EDV" und „Textverarbeitung WORD 2010, Grundlagen und Aufbau I" absolviert haben oder vergleichbare Kenntnisse und Fertigkeiten besitzen.

Modul 4: Aufbau III: Tabellen und Serienbriefe

Themenschwerpunkte:
- Tabellen
- Serienbriefe/Etiketten

Voraussetzungen: Die Teilnehmenden sollten den Kurs „Grundlagen der EDV" und „Textverarbeitung WORD 2010, Grundlagen, Aufbau I und II" absolviert haben oder vergleichbare Kenntnisse und Fertigkeiten besitzen.

Modul 5: Prüfungsvorbereitung

Der Kurs endet mit der **Prüfung** „Xpert Europäischer ComputerPass - Textverarbeitung" **am Mittwoch, 13. Juni**.
Das Lehrbuch „Xpert Europäischer Computer Pass - Textverarbeitung" ist Pflichtlektüre und zur Prüfung zugelassen.
Voraussetzungen: Die Teilnehmenden sollten den Kurs „Grundlagen der EDV" und „Textverarbeitung Word 2010, Grundlagen, Aufbau I, II sowie III" absolviert haben oder vergleichbare Kenntnisse und Fertigkeiten besitzen.

CE5303

Textverarbeitung
WORD 2010
Modul 1: Grundlagen

Inhalte siehe oben

Peter Hoffmanns, Dipl.-Verwaltungswirt
mittwochs, ab 8. Februar,
18.15 - 21.30 Uhr, 3 Abende (12 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum
Gebühr: 57,00 € (inklusive Lernmittel)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE5304

Textverarbeitung
WORD 2010
Modul 2: Aufbau I

Inhalte siehe oben

Peter Hoffmanns, Dipl.-Verwaltungswirt
mittwochs, ab 7. März,
18.15 - 21.30 Uhr, 3 Abende (12 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum
Gebühr: 42,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE5305

Textverarbeitung
WORD 2010
Modul 3: Aufbau II

Inhalte siehe oben

Peter Hoffmanns, Dipl.-Verwaltungswirt
mittwochs, ab 18. April,
18.15 - 21.30 Uhr, 3 Abende (12 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum
Gebühr: 42,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE5306

Textverarbeitung
WORD 2010
Modul 4: Aufbau III

Inhalte siehe oben

Peter Hoffmanns, Dipl.-Verwaltungswirt
mittwochs, ab 9. Mai,
18.15 - 21.30 Uhr, 3 Abende (12 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum
Gebühr: 42,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE5307

Textverarbeitung
WORD 2010
Modul 5: Prüfungsvorbereitung

Inhalte siehe oben
Prüfung am 13. Juni 2012

Peter Hoffmanns, Dipl.-Verwaltungswirt
mittwochs, ab 6. Juni,
18.15 - 21.30 Uhr, 2 Abende (8 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum
Gebühr: 76,00 € (inklusive Prüfungsgebühr)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

Bausteine des XPERT Europäischer Computerpass

Grundlagen der EDV, WINDOWS

Grundlagen der EDV mit WINDOWS	Prüfungs-vorbereitung

Textverarbeitung, WORD

Grundlagen: Textverarbeitung (Modul 1)	Aufbau I: Formatierung (Modul 2)	Aufbau II: Dokumentgestaltung (Modul 3)	Aufbau III: Tabellen und Serienbriefe (Modul 4)	Prüfungs-vorbereitung (Modul 5)

Tabellenkalkulation, EXCEL

Grundlagen: Tabellenkalkulation (Modul 1)	Aufbau I: Daten handhaben und drucken (Modul 2)	Aufbau II: Fortgeschrittene Funktionen und Diagramme (Modul 3)	Prüfungs-vorbereitung (Modul 4)

Präsentation, POWERPOINT

Grundlagen Präsentation	Aufbau Präsentation mit Prüfungsmöglichkeit

Tabellenkalkulation

EXCEL 2010

Das Programmpaket Microsoft Excel ist ein Instrument für Planungen und Berechnungen, Entscheidungsfindungen und Präsentationserstellungen. Es können Dokumentationen mit Grafiken und Tabellen ohne große Probleme veranschaulicht und übersichtlich aufbereitet werden. Angebots- und Preiskalkulationen, Statistiken und Kostenanalysen lassen sich schneller und genauer erstellen.

Die VHS Celle bietet vier Module zur Tabellenkalkulation an:

Modul 1: Grundlagen
Modul 2: Aufbau I: Daten handhaben und drucken
Modul 3: Aufbau II: fortgeschrittene Funktionen und Diagramme
Modul 4: Prüfungsvorbereitung für Teilnehmende, die die Prüfung „Tabellenkalkulation" des Xpert Europäischen Computerpass abgelegt wollen.

Die Lernmittel sind in der Gebühr zu Modul 1 enthalten.

Nach Absolvierung aller Module kann die Prüfung „Tabellenkalkulation" abgelegt werden. Die Prüfung entspricht einem Baustein des Lehrgangssystems Xpert Europäischer Computerpass.

Modul 1: Grundlagen

Themenschwerpunkte:
- Prinzipielle Funktionsweisen von Tabellenkalkulationsprogrammen
- Daten eingeben, bearbeiten und formatieren
- Markierungstechniken
- Einfache Formeln anwenden
- Druckoptionen

Voraussetzungen: Die Teilnehmenden sollten den Kurs „Grundlagen der EDV" absolviert haben oder vergleichbare Kenntnisse und Fertigkeiten besitzen.

Modul 2: Aufbau I: Daten handhaben und drucken

Themenschwerpunkte
- Arbeiten mit Tabellen und Arbeitsmappen
- Einfache und kopierfähige Formeln
- Vergleichsoperatoren
- Filtern und sortieren von Tabellendaten
- Seitenlayout und Druckoptionen

Voraussetzungen: Die Teilnehmenden sollten den Kurs „Grundlagen der EDV" und „Tabellenkalkulation EXCEL 2010, Grundlagen" absolviert haben oder vergleichbare Kenntnisse und Fertigkeiten besitzen.

Modul 3: Aufbau II: fortgeschrittene Funktionen und Diagramme

Themenschwerpunkte
- Wenn- und Verweis-Funktion
- Verschachtelte Funktionen
- Logische Funktionen (UND, ODER)
- Datums-Funktionen
- Präsentationsgrafiken erstellen, bearbeiten und drucken

Voraussetzungen: Die Teilnehmenden sollten den Kurs „Grundlagen der EDV" und „Tabellenkalkulation EXCEL 2010, Grundlagen und Aufbau I" absolviert haben oder vergleichbare Kenntnisse und Fertigkeiten besitzen.

Modul 4: Prüfungsvorbereitung

Dieses Modul endet mit der Prüfung „Xpert Europäischer ComputerPass - Tabellenkalkulation" **am Montag, 25. Juni.**
Das Lehrbuch „Xpert Europäischer ComputerPass - Tabellenkalkulation" ist Pflichtlektüre und zur Prüfung zugelassen.

Voraussetzungen: Die Teilnehmenden sollten den Kurs „Grundlagen der EDV" und „Tabellenkalkulation EXCEL 2010, Grundlagen, Aufbau I sowie Aufbau II" absolviert haben oder vergleichbare Kenntnisse und Fertigkeiten besitzen.

CE5308

Tabellenkalkulation

EXCEL 2010
Modul 1: Grundlagen

Inhalte siehe oben

Michael Heuer
montags, ab 6. Februar,
18.30 - 21.40 Uhr, 3 Abende (12 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum
Gebühr: 57,00 € (inklusive Lernmittel)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE5309

Tabellenkalkulation

EXCEL 2010
Modul 2: Aufbau I

Inhalte siehe oben

Michael Heuer
montags, ab 5. März,
18.30 - 21.40 Uhr, 2 Abende (8 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum
Gebühr: 28,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE5310

Tabellenkalkulation

EXCEL 2010
Modul 1: Grundlagen und
Modul 2: Aufbau I
Wochenendkurs

Inhalte siehe oben

Michael Heuer
Freitag, 16. März, 17.45 - 21.40 Uhr
Samstag, 17. März, 8.00 - 17.00 Uhr
Sonntag, 18. März, 8.00 - 13.00 Uhr (20 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum
Gebühr: 85,00 € (inklusive Lernmittel)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE5311

Tabellenkalkulation

EXCEL 2010
Modul 3: Aufbau II

Inhalte siehe oben

Michael Heuer
montags, ab 16. April,
18.30 - 21.40 Uhr, 4 Abende (16 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum
Gebühr: 56,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich



siehe auch Bildungsurlaub CE 5107 EXCEL

CE5312

Tabellenkalkulation

EXCEL 2010
Modul 3: Aufbau II
Wochenendkurs

Inhalte siehe oben

Michael Heuer
Freitag, 13. April, 18.30 - 21.40 Uhr
Samstag, 14. April, 9.00 - 16.00 Uhr
Sonntag, 15. April, 9.00 - 12.15 Uhr (16 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum
Gebühr: 56,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE5313

Tabellenkalkulation

EXCEL 2010
Modul 4: Prüfungsvorbereitung

Inhalte siehe oben
Prüfung am 25. Juni

Michael Heuer
montags, ab 11. Juni, 18.30 - 21.40 Uhr, 3 Abende (12 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum
Gebühr: 76,00 € (inklusive Prüfungsgebühr)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

Präsentation

CE5314

Präsentation

Grundlagen POWERPOINT 2010
Wochenendkurs

PowerPoint ist ein umfassendes Präsentationsgrafikprogramm. Es bietet Ihnen alle Merkmale, die Sie für ansprechende Präsentationen benötigen: Hilfsmittel für Texterstellung und -bearbeitung, Gliederungen, Zeichnungen, Diagramme, ClipArt.

Themenschwerpunkte:
- Inhalt, Gestaltung und Gesamtwirkung einer Präsentation
- Präsentationsdateien erstellen, bearbeiten, drucken und speichern
- Grafische Elemente erstellen
- Tabellen
- Objekte

Voraussetzungen: Die Teilnehmenden sollten den Kurs Grundlagen der EDV absolviert haben oder vergleichbare Kenntnisse und Fertigkeiten besitzen. Kenntnisse im Umgang mit einem Anwendungsprogramm, z.B. Textverarbeitung oder Tabellenkalkulation, sind erforderlich.

Thomas Drösemeyer, Dipl.-Verw.Wirt
Freitag, 17. Februar, 17.30 - 21.00 Uhr
Samstag, 18. Februar, 9.00 - 17.00 Uhr
Sonntag, 19. Februar, 9.00 - 12.30 Uhr (16 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum B
Gebühr: 74,00 € (inklusive Lernmittel)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE5315

Präsentation

Aufbau POWERPOINT 2010
Wochenendkurs

Kursteilnehmer und Kursteilnehmerinnen, die bereits über ausreichende Grundkenntnisse verfügen, können sich direkt für den Aufbaukurs anmelden.

Themenschwerpunkte:
- Folien, Notizen und Handzettel drucken
- Gliederungen
- Grafische Elemente anordnen, ausrichten, gruppieren
- Diagramme
- Objekte aus anderen Anwendungen, Multimedia-Effekte, Organigramme
- Vorlagen

Nach Absolvierung beider Kurse (Präsentation: Grundkurs + Aufbaukurs) kann die Prüfung Präsentation für den Europäischen ComputerPass Xpert abgelegt werden.
Das Lehrbuch „Xpert Europäischer ComputerPass – Präsentation (PowerPoint 2010)" ist Pflichtlektüre und zur Prüfung zugelassen (Buch nicht in der Kursgebühr enthalten).

Vorgesehener Prüfungstermin für die optionale Prüfung: Sonntag, 18. März, 14.00 Uhr.

Thomas Drösemeyer, Dipl.-Verw.Wirt
Freitag, 16. März, 17.30 - 21.00 Uhr
Samstag, 17. März, 9.00 - 17.00 Uhr
Sonntag, 18. März, 9.00 - 12.30 Uhr
(16 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum B
Gebühr: 56,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

EDV-Kurse für Frauen



EDV-Kursberatung

Am Donnerstag, 26. Januar, findet um 18.30 Uhr im Saal der VHS, Trift 20, eine Einführungsveranstaltung für alle neuen Interessenten an unseren EDV-Kursen statt.
Dozenten und Programmbereichsleiter erläutern Ihnen das Kurs- und Lehrgangsangebot, geben Auskunft über Inhalte und Ziele.
Eine Anmeldung zu diesem Informationsabend ist nicht erforderlich.

CE5401

Grundlagen der EDV mit Windows 7

Grundkurs für Frauen

In Zusammenarbeit mit der Gleichstellungsbeauftragten des Landkreises Celle

Die EDV hat für das Berufsleben zunehmend an Bedeutung gewonnen. Ein besonderes Interesse an den neuen Technologien haben gerade Frauen, da Computer verstärkt an frauenspezifischen Arbeitsplätzen eingesetzt werden. Für die berufliche Orientierung und Wiederaufnahme einer Berufstätigkeit sind daher heute EDV-Kenntnisse unabdingbar.

Der Kurs ist für alle gedacht, die zum ersten Mal an einem Personal-Computer (PC) arbeiten wollen. Er vermittelt Grundlagen der EDV und dient zugleich als Basis für alle weiterführenden Kurse.

Themenschwerpunkte:
- Benutzeroberfläche von Windows
- Dateien und Dateiverwaltung
- Nutzung des Windows Explorers
- Programme und Programmnutzung
- Arbeiten im Internet
- Nutzung des Internet Explorers
- Umgang mit Dateien, Bildern und Texten
- E-Mail schreiben, senden und empfangen

Daria Bezous, Mathematikerin B. Sc.
Montag, 13. bis Freitag, 17. Februar, jeweils 8,30 - 11.40 Uhr, 5 Vormittage (20 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum
Gebühr: 78,00 € (inklusive Lernmittel)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE5402

Grundlagen der EDV mit Windows 7

Aufbaukurs für Frauen

In Zusammenarbeit mit der Gleichstellungsbeauftragten des Landkreises Celle

Die wichtigsten Anwendungsbereiche des Internets werden praktisch vermittelt. Intensive Übungen vertiefen die Kenntnisse und ermöglichen einen sicheren Umgang mit der Materie.

Themenschwerpunkte:
- Dateien, Dateiverwaltung und Datenträger
- Systemsteuerung
- Arbeiten im WWW
- Bearbeiten von Dateien, Bildern und Texten aus dem Internet

Frauen & Wirtschaft
Koordinierungsstelle von Stadt und Landkreis Celle

Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft von Stadt und Landkreis Celle

Am Französischen Garten 1
29221 Celle

Tel.: 05141/12473 oder. 12476
Fax: 05141/127631
E-Mail: frauenundwirtschaft@celle.de
Internet: www.celle.de

Beratung nach telefonischer Terminvereinbarung





Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft von Stadt und Landkreis Celle

Die Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft von Stadt und Landkreis Celle ist eine Beratungsstelle zur beruflichen und betrieblichen Förderung von Frauen. Sie arbeitet dabei eng mit den Unternehmen vor Ort, Weiterbildungsträgern, der Agentur für Arbeit und weiteren Akteuren zusammen. Ziel ist es, die Erwerbstätigkeit und Qualifikation von Frauen zu fördern. Die Koordinierungsstelle bietet vertrauliche, kostenfreie Beratung sowie zielgruppengerechte Weiterbildungen an.

Die Koordinierungsstelle berät
- zu Fragen der Vereinbarkeit von Familie und Beruf
- über Möglichkeiten des beruflichen Wiedereinstiegs
- über Fortbildungsangebote für Mütter/Väter während der Elternzeit
- zu Weiterbildungs- und Umschulungsmöglichkeiten
- Ratsuchende bei ihrer individuellen Berufswegplanung und Bewerbungsstrategien
- bei Fragen zur Existenzgründung
- und informiert über die Chancen der Arbeitsvermittlung durch die Koordinierungsstelle.

Kooperationskurse der Volkshochschule Celle mit der Koordinierungsstelle

Hinweis zur Gebührenermäßigung
Frauen und Männer in Elternzeit und Frauen, die zu Kursbeginn keiner sozialversicherungspflichtigen Beschäftigung nachgehen, können bei der Koordinierungsstelle eine Teilrückerstattung der Kursgebühren beantragen. Der Antrag ist spätestens bis Kursende zu stellen.

Kinderbetreuung
Auf Antrag kann während der Kursteilnahme eine finanzielle Unterstützung für eine Kinderbetreuung gewährt werden.

Die Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft von Stadt und Landkreis Celle ist dem Fachdienst Wirtschaftförderung, Immobilien und Stadtmarketing der Stadt Celle zugeordnet und wird aus Mitteln des Europäischen Fonds für regionale Entwicklung, des Landes Niedersachsen, der Stadt Celle, des Landkreises Celle und der Agentur für Arbeit Celle gefördert.




Landkreis Celle

- E-Mails mit Anlagen versenden
- Sicherheitsaspekte

Nach Absolvierung beider Kurse Grundlagen der EDV (Grundkurs + Aufbaukurs) kann die Prüfung Xpert Starter für den Europäischen ComputerPass Xpert abgelegt werden.

Vorgesehener Prüfungstermin für die optionale Prüfung: Mittwoch, 23. Mai

Das Lehrbuch „Xpert Europäischer Computer-Pass - Xpert Starter“ ist Pflichtlektüre und zur Prüfung zugelassen (Buch ist nicht in der Kursgebühr enthalten).

Daria Bezous, Mathematikerin B. Sc.
Montag, 12. bis Freitag, 16. März, jeweils 8,30 - 11.40 Uhr, 5 Vormittage (20 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum
Gebühr: 63,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE5403
Textverarbeitung mit WORD 2010
Grundkurs für Frauen

In Zusammenarbeit mit der Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft

Dieser Kurs und der folgende Aufbaukurs wenden sich an Teilnehmerinnen, die ihre in den Kursen Grundlagen der EDV erworbenen Kenntnisse im Bereich der Textverarbeitung vertiefen möchten.

Themenschwerpunkte:
- Grundsätzliche Programmeinstellungen
- Textdateien erstellen und bearbeiten
- Zeichenformatierungen, Zeichenabstände
- Absätze gestalten (Einzüge, Rahmen, Schattierungen)
- Aufzählungen, Nummerierungen, Tabulatoren, Tabellen
- Dokumente speichern und drucken

Teilrückerstattung der Gebühren durch die Koordinationsstelle Frauen und Wirtschaft möglich.

Voraussetzungen: Die Teilnehmerinnen sollten den Kurs Grundlagen der EDV absolviert haben oder vergleichbare Kenntnisse und Fertigkeiten besitzen.

Daria Bezous, Mathematikerin B. Sc.
Montag, 20. und 27. Februar sowie 5. März und Mittwoch, 22. und 29. Februar, jeweils 14.30 - 17.40 Uhr, 5 Nachmittage (20 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum
Gebühr: 88,00 € (inklusive Lernmittel)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE5404
Textverarbeitung mit WORD 2010
Aufbaukurs für Frauen

In Zusammenarbeit mit der Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft

Intensive Wiederholung und zahlreiche Übungen vertiefen die Kenntnisse aus dem Grundkurs.

Themenschwerpunkte:
- Seitenlayout (Kopf-/Fußzeilen, mehrspaltiger Satz, Hoch-/Querformat)
- Tabellen
- Gestaltungsregeln für Standardbriefe
- AutoTexte/Textbausteine
- Serienbriefe/Etiketten

Nach Absolvierung beider Kurse (Textverarbeitung: Grundkurs + Aufbaukurs) kann die Prüfung Textverarbeitung Basics für den Europäischen ComputerPass Xpert abgelegt werden.

Vorgesehener Prüfungstermin für die optionale Prüfung: Dienstag, 22. Mai

Das Lehrbuch „Xpert Euroäischer ComputerPass - Textverarbeitung Basics“ ist Pflichtlektüre und zur Prüfung zugelassen (Buch ist nicht in der Kursgebühr enthalten).
Teilrückerstattung der Gebühren durch die Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft möglich.

Daria Bezous, Mathematikerin B. Sc.
Montag, 16. und 23. April, Mittwoch, 18. und 25. April sowie 2. Mai, jeweils 14.30 - 17.40 Uhr, 5 Nachmittage (20 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum
Gebühr: 73,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE5405
Tabellenkalkulation mit EXCEL 2010
Grundkurs für Frauen

In Zusammenarbeit mit der Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft

Der Kurs wendet sich an Frauen, die bereits Kenntnisse in den EDV-Grundkursen erworben haben und diese in einer Office-Anwendung vertiefen möchten. Mit dem Programm Microsoft Excel 2010 lassen sich Daten übersichtlich verwalten und aufbereiten sowie Berechnungen ausführen. Es eignet sich z.B. für das Erstellen einer Adressdatei, eines Haushaltsbuches oder einer persönlichen Finanzverwaltung. Mit Hilfe von Filtern und Funktionen können Daten sortiert, ausgewählt oder verändert werden. Diagramme erlauben eine grafisch übersichtliche Darstellung dieser Daten.

Themenschwerpunkte:
- Grundfunktionen und Einsatzmöglichkeiten von Excel
- Tabellen erstellen, gestalten und drucken
- Daten auswählen und sortieren
- Einfache Formeln und Funktionen
- Diagramme erstellen und drucken

Teilrückerstattung der Gebühren durch die Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft möglich.

Voraussetzungen: Die Teilnehmerinnen sollten den Kurs Grundlagen der EDV absolviert haben oder vergleichbare Kenntnisse und Fertigkeiten sowie Kenntnisse im Umgang mit einem Anwenderprogramm (z.B. Textverarbeitung) besitzen.

Katja Hufschmidt, Diplom-Agraringenieurin
Montag, 27. Februar bis Freitag, 2. März, jeweils 8.30 - 11.40 Uhr, 5 Vormittage (20 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum
Gebühr: 88,00 € (inklusive Lernmittel)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE5406
Tabellenkalkulation mit EXCEL 2010
Aufbaukurs für Frauen

In Zusammenarbeit mit der Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft

Themenschwerpunkte:
- Erstellen und Formatieren von Tabellen
- Absolute und relative Bezüge
- Einfach und verschachtelte Verknüpfungen
- Wenn-Dann-Funktionen
- S-Verweise
- Datumsfunktionen
- Mathematische, statistische und logische Funktionen
- Preisvergleichsrechnungen
- Stundenberechnungen
- Zeitvergleichsrechnungen
- Daten in Diagrammen darstellen

Nach Absolvierung beider Kurse (Tabellenkalkulation: Grundkurs + Aufbaukurs) kann die Prüfung Tabellenkalkulation für den Europäischen ComputerPass Xpert abgelegt werden.

Vorgesehener Prüfungstermin für die optionale Prüfung: Donnerstag, 30. Juni, 9.00 Uhr

Das Lehrbuch Tabellenkalkulation ist Pflichtlektüre und zur Prüfung zugelassen.
Teilrückerstattung der Gebühren durch die Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft möglich.

Voraussetzungen: Die Teilnehmerinnen sollten den Kurs Grundlagen der EDV absolviert haben oder vergleichbare Kenntnisse und Fertigkeiten sowie Kenntnisse im Umgang mit einem Anwenderprogramm (z.B. Textverarbeitung) besitzen.

Katja Hufschmidt, Diplom-Agraringenieurin
Donnerstag und Freitag, 3., 4., 10. und 11. Mai, Montag und Dienstag, 7., 8., 14. und 15. Mai, jeweils 8.30 - 11.40 Uhr, 8 Vormittage (32 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum
Gebühr: 115,00 € (inklusive Lernmittel)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE5407
E-Mail spezial
für Frauen

In Zusammenarbeit mit der Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft

Themenschwerpunkte:
- E-Mails versenden, empfangen, beantworten und weiterleiten
- E-Mails mit Anhang versenden
- E-Mails mit Lesebestätigung versenden
- Signaturen erstellen
- Junk-Mail definieren
- E-Mail-Adressen einrichten
- Adressbuch, Verteiler und Ordner anlegen
- Visitenkarten versenden
- Nachrichtenregel erstellen

Gearbeitet wird mit dem Programm Outlook 2007/2010 (auf andere Clients wird kurz eingegangen). Zudem wird gezeigt, wie Sie Ihre E-Mails auch von unterwegs nutzen können.

Teilrückerstattung der Gebühren durch die Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft möglich.

Die Teilnehmerinnen sollten den Kurs Grundlagen der EDV absolviert haben oder vergleichbare Kenntnisse und Fertigkeiten besitzen.

Katja Hufschmidt, Diplom-Agraringenieurin
Dienstag, 5. und Mittwoch, 6. Juni, jeweils 14.30 - 17.40 Uhr, 2 Nachmittage (8 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum
Gebühr: 24,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE5408
Digitale Bildbearbeitung und Organisation
für Frauen

In Zusammenarbeit mit der Gleichstellungsbeauftragten des Landkreises Celle

Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmerinnen, die digital fotografieren und die Bilder für den Druck fertig stellen möchten. Zudem lernen Sie, Ihre Bilder übersichtlich zu ordnen und zu verwalten.



Projekt „Kulturelle KLICKS": „Kinder - versunken" Foto: Petra Kruska

Themenschwerpunkte:
- Überspielen der Bilder auf den Computer
- Organisieren der Bilder auf dem Rechner
- Helligkeit, Kontrast und Farbsättigung
- Rote Augen entfernen
- Kleine Korrekturen erstellen
- Ausschnitte erstellen
- Einfügen von Text
- Fotobuch

Gearbeitet wird überwiegend mit dem kostenlosen Programm XN View. Gerne können Sie auch Ihre eigene Kamera mitbringen und eigene Bilder bearbeiten.

Die Teilnehmerinnen sollten den Kurs „Grundlagen der EDV" absolviert haben oder vergleichbare Kenntnisse und Fertigkeiten besitzen.

Katja Hufschmidt, Diplom-Agraringenieurin
Dienstag, 17. bis Donnerstag, 19. April, jeweils 8.30 - 11.40 Uhr, 3 Vormittage (12 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum
Gebühr: 32,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE5409
Terminplanung mit Outlook 2010
Outlook ist nicht nur E-Mailen für Frauen

In Zusammenarbeit mit der Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft

In diesem Kurs werden die oft ungenutzten Funktionen zur Terminplanung, zu Besprechungsanfragen und zur Aufgabenverteilung erläutert.

Themenschwerpunkte:
- Kalenderdarstellungen
- Termine planen
- Besprechungen organisieren
- Ereignisse eintragen
- Aufgaben verwalten

Mit MS-Exchange-Server wird nicht gearbeitet.
Teilrückerstattung der Gebühren durch die Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft möglich.

Voraussetzungen: Die Teilnehmerinnen verfügen über Kenntnisse und Fertigkeiten im Empfangen und Senden von Nachrichten mit Outlook oder ähnlichen E-Mail Programmen.

Katja Hufschmidt, Diplom-Agraringenieurin
Dienstag, 12. und Mittwoch, 13. Juni, jeweils 14.30 - 17.40 Uhr, 2 Nachmittage (8 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum
Gebühr: 24,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

EDV für Senioren/-innen

Für die folgenden Kurse ist die Teilnehmerzahl begrenzt. Schriftliche Anmeldungen sind für alle Kurse im EDV-Bereich erforderlich. Sie werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt und bestätigt.

EDV-Kursberatung
Am Donnerstag, 26. Januar, findet um 18.30 Uhr im Saal der VHS, Trift 20, eine Einführungsveranstaltung für alle neuen Interessenten an unseren EDV-Kursen statt.
Dozenten und Programmbereichsleiter erläutern Ihnen das Kurs- und Lehrgangsangebot, geben Auskunft über Inhalte und Ziele.
Eine Anmeldung zu diesem Informationsabend ist nicht erforderlich.

CE5501
PC-Einstieg mit Windows - Grundkurs
für Senioren/innen am Vormittag

Wollen Sie wissen, worüber Ihre Freunde oder Enkelkinder sprechen? Mit einem dreiteiligen Angebot aus einem Grundkurs und zwei Aufbaukursen wird Ihnen der PC-Einstieg so vermittelt, dass Sie die Grundfunktionen des PCs kennen und selbstständig nutzen können. Sie werden feststellen, dass „computern" nicht schwierig ist, sondern Spaß macht und interessante Einsatzmöglichkeiten bietet.

Themenschwerpunkte:
- Grundprinzip, Aufbau und Arbeitsweise des Computers
- Arbeiten mit Dateien, Ordnern und Datenträgern
- Arbeiten mit Anwendungsprogrammen

Für diesen Kurs werden keine Kenntnise vorausgesetzt.

Sabine Vollmer, Dipl. Volkswirtin
Montag, 6. bis Freitag, 10. Februar, jeweils 8.30 - 11.40 Uhr, 5 Vormittage (20 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum B
Gebühr: 60,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE5502
PC-Einstieg mit Windows - Grundkurs
für Senioren/innen am Vormittag

Kursinhalt s. o.

Für diesen Kurs werden keine Kenntnise vorausgesetzt.

Sabine Vollmer, Dipl. Volkswirtin
Montag, 27. Februar bis Freitag, 2. März, jeweils 8.30 - 11.40 Uhr, 5 Vormittage (20 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum B
Gebühr: 60,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE5503
PC-Einstieg mit Windows - Grundkurs
für Senioren/innen am Vormittag

Kursinhalt s. o.

Für diesen Kurs werden keine Kenntnise vorausgesetzt.

Rainer Niemann, Dipl. Ingenieur
Montag, 20. bis Freitag, 24. Februar, jeweils 8.30 - 11.40 Uhr, 5 Vormittage (20 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum B
Gebühr: 60,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE5504
PC-Einstieg mit Windows - Aufbaukurs I
für Senioren/innen am Vormittag

Der Kurs wiederholt und vertieft die Grundkenntnisse über das Betriebssystem Windows und die Organisation von Dateien und Dokumenten. Es werden zusätzliche Funktionen des Betriebssystems erklärt.
Ziel des Kurses ist es, den Kenntnisstand der Teilnehmenden durch möglichst viele Übungen zu vertiefen.

Themenschwerpunkte:
- Wiederholungsübungen
- Textverarbeitung mit WordPad
- Ordner und Datenträger
- Systemsteuerung
- Windows-"Zubehör"

Die Teilnehmenden sollten den Grundkurs besucht und einige Wochen praktische Erfahrung im Umgang mit dem PC haben. Wer über ein Notebook verfügt, kann in dem Kurs mit dem eigenen Gerät arbeiten und z.B. sinnvolle Einstellungen direkt vornehmen.

Sabine Vollmer, Dipl. Volkswirtin
Montag, 13. bis Freitag, 16. März, jeweils 8.30 - 11.40 Uhr, 5 Vormittage (20 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum B
Gebühr: 60,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE5505

PC-Einstieg mit Windows - Aufbaukurs I

für Senioren/innen am Vormittag

Kursinhalt s. o.

Die Teilnehmenden sollten den Grundkurs besucht und einige Wochen praktische Erfahrung im Umgang mit dem PC haben. Wer über ein Notebook verfügt, kann in dem Kurs mit dem eigenen Gerät arbeiten und z.B. sinnvolle Einstellungen direkt vornehmen.

Rainer Niemann, Dipl. Ingenieur
Montag, 19. bis Freitag, 23. März, jeweils 8.30 - 11.40 Uhr, 5 Vormittage (20 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum B
Gebühr: 60,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE5506

PC-Einstieg mit Windows - Aufbaukurs II

für Senioren/innen am Vormittag

Der Kurs wiederholt und vertieft die Kenntnisse aus dem Aufbaukurs I. Ziel des Kurses ist es, die Selbstständigkeit und Sicherheit im Umgang mit dem PC durch möglichst viele Übungen und durch die Behandlung von Fragen aus dem Kreis der Teilnehmenden weiter zu verbessern.

Themenschwerpunkte:

- Windows einstellen und nutzen
- Datensicherung
- Virenschutz und andere Sicherheitsfragen
- Weitere Elemente der Systemsteuerung

Die Teilnehmenden sollten den Aufbaukurs I besucht haben und einige Wochen praktische Erfahrung im Umgang mit dem PC haben. Wer über ein Notebook verfügt, kann in dem Kurs mit dem eigenen Gerät arbeiten und z.B. sinnvolle Einstellungen direkt vornehmen. Die Teilnehmenden sollten etwas Zeit für Übungsaufgaben am häuslichen PC einplanen. Die Aufgaben werden am nächsten Kurstag eingehend besprochen.

Sabine Vollmer, Dipl. Volkswirtin
Montag, 21. bis Freitag, 25. Mai, jeweils 8.30 - 11.40 Uhr, 5 Vormittage (20 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum B
Gebühr: 60,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE5507

Einführung in das Internet

Vormittagskurs für Senioren/innen

Das Internet ist in aller Munde und gewinnt auch im alltäglichen Leben ständig an Bedeutung. Dieser praxisorientierte Kurs vermittelt Ihnen einen leichten Einstieg in dessen Welt. Sie erfahren, welche Voraussetzungen für den Betrieb des Internets nötig sind, wie das Internet funktioniert, wie Sie es gezielt für die eigenen Interessen und Bedürfnisse einsetzen können und welche Kosten Ihnen durch die Nutzung entstehen.
Selbstverständlich werden auch andere Dienste des Internets, wie z.B. die elektronische Post (E-Mail), Suchmaschinen und Datenbeschaffung mit FTP behandelt.

Voraussetzungen: Die Teilnehmenden sollten den Kurs PC-Einstieg mit Windows für Senioren besucht haben oder vergleichbare Kenntnisse und Fertigkeiten besitzen.

Rainer Weßlowsky, Dipl.-Ingenieur
Montag, 16. bis Freitag, 20. April, jeweils 8.30 - 11.40 Uhr, 5 Vormittage (20 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum B
Gebühr: 63,00 € (inklusive Lernmittel)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE5508

Internet Aufbaukurs

Mehr Sicherheit im Internet
Vormittagskurs für Senioren/-innen

Der Kurs vertieft die Kenntnisse aus dem Kurs „Einführung in das Internet". Themenschwerpunkte sind u. a. die vielfältigen Möglichkeiten, die das Cloud Computing bietet und die Gefahren die ganz allgemein im Netz lauern.
Anhand vieler Beispiele lernen Sie wie wichtig, aber auch wie leicht es zum Teil ist, mit einfachen Klicks zu mehr Sicherheit im Internet zu kommen. Lernen Sie Verhaltensregeln kennen für ein sicheres Surfen und Spaß im Netz. Außerdem werden Ihnen Hardware-Tipps gegeben, die die Sicherheit speziell beim Banking und Einkaufen zusätzlich erhöhen. In diesem Zusammenhang erfahren Sie auch, ob der neue Personalausweis Ihnen wirklich im Netz mehr Sicherheit bringt.

Die Teilnehmenden sollten Grundlagen der EDV besucht haben oder vergleichbare Grundkenntnisse besitzen, sowie einen Internet-Zugang zu Hause haben.

Rainer Weßlowsky, Dipl.-Ingenieur
Montag, 7. bis Freitag, 11. Mai, jeweils 8.30 - 11.40 Uhr, 5 Vormittage (20 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum B
Gebühr: 63,00 € (inklusive Lernmittel)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE5509

Textverarbeitung mit WORD

Nachmittagskurs für Senioren/innen

Wollen Sie Ihre anfallenden Schreibarbeiten, sei es für private Schreiben, für Hobbys oder für Ihre Vereinsarbeit mit einem Textverarbeitungsprogramm auf Ihrem Computer erledigen? Wollen Sie demnächst Einladungskarten u.ä. selber gestalten? Sie erlernen die wesentlichen Funktionen einer Textverarbeitung von der Texterfassung bis zur Textgestaltung.

Die Teilnehmenden sollten den Grundkurs PC-Einstieg mit Windows für Senioren besucht haben oder vergleichbare Kenntnisse und Fertigkeiten besitzen. Kenntnisse in der Textverarbeitung sind nicht erforderlich.

Rainer Niemann, Dipl. Ingenieur
Montag, 23. bis Freitag, 27. April, jeweils 8.00 - 11.40 Uhr, 4 Vormittage (20 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum B
Gebühr: 60,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich.

CE5510

Fotoalben mit PowerPoint

Nachmittagskurs für Senioren/innen

Mit PowerPoint kann man Präsentationen gestalten. In diesem Kurs widmen Sie sich einer von vielen Möglichkeiten mit dem Präsentationsprogramm PowerPoint: dem Erstellen und Vorführen eines Fotoalbums. Beeindrucken Sie Freunde und Bekannte doch beim nächsten Treffen mit einer professionellen Fotoshow!
Grundsätzlich können Sie das Gelernte selbstverständlich auch für die Präsentation von Grafiken, Diagrammen, Texten und Filmen verwenden.

Die Teilnehmenden sollten den Kurs PC-Einstieg mit Windows für Senioren besucht haben oder vergleichbare Kenntnisse und Fertigkeiten besitzen.

Rainer Niemann, Dipl. Ingenieur
Montag, 19. bis Freitag, 23. März, jeweils 13.00 - 16.15 Uhr, 5 Nachmittage (20 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum B
Gebühr: 60,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE5511

Tabellenkalkulation

Nachmittagskurs für Senioren/innen
EXCEL 2010

Machen Sie sich die Arbeit mit den z.B. im Haushalt anfallenden Beträgen und Zahlen doch einfacher: nutzen Sie eine Tabellenkalkulation am Computer!
Mit der Tabellenkalkulation Excel behalten Sie den Überblick - Berechnungen lassen sich leicht durchführen und wer will kann dies auch einfach grafisch darstellen.
Dieser Kurs bietet eine Einführung in das Arbeiten mit einer Tabellenkalkulation und zeigt, wie einfach das Arbeiten mit Excel sein kann. Sie lernen das Erstellen und Formatieren von Tabellen, die Eingabe von Daten und mit dem Programm zu rechnen.

Rainer Niemann, Dipl. Ingenieur
Montag, 23. bis Freitag, 27. April, jeweils 13.00 - 16.15 Uhr, 5 Nachmittage (20 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum B
Gebühr: 60,00 €

CE5512

Senioren-Computerclub

Praktische Fragen am PC lösen
Nachmittagskurs für Senioren/innen

Im Computerclub haben Sie die Möglichkeit, sich beim lockeren Klön-Schnack über EDV-Themen auszutauschen - Kaffee inklusive! Ihre Themen und PC-Probleme werden dann gleich im EDV-Raum aufgegriffen. Mit Freude und unter fachkundiger Anleitung erweitern Sie so Ihre Computerkompetenz.

Voraussetzung: Die Teilnehmenden sollten mindestens den Kurs „PC-Einstieg mit Windows" absolviert haben oder vergleichbare Kenntnisse und Fertigkeiten besitzen und zu Hause über einen PC verfügen.

Rainer Weßlowsky, Dipl.-Ingenieur
Mittwoch, 15. und 29. Februar, 14. März, 18. April, 9. und 23. Mai, jeweils 15.00 - 17.30 Uhr, 6 Nachmittage (20 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum
Gebühr: 65,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

EDV-Lehrgänge

EDV-Kursberatung

Am Donnerstag, 26. Januar, findet um 18.30 Uhr im Saal der VHS, Trift 20, eine Einführungsveranstaltung für alle neuen Interessenten an unseren EDV-Kursen statt.
Dozenten und Programmbereichsleiter erläutern Ihnen das Kurs- und Lehrgangsangebot, geben Auskunft über Inhalte und Ziele.
Eine Anmeldung zu diesem Informationsabend ist nicht erforderlich.

PC-Systembetreuer/in (VHS)
PC-Systeme und Netzwerke professionell installieren, konfigurieren und administrieren

Systembetreuer/innen sind in ihrer Organisation kompetente Ansprechpartner für Anwender und Supportfirmen.

PC-Systembetreuer/innen
- installieren Hard- und Software lokal und im Netzwerk
- analysieren Fehler und treffen Maßnahmen zur Fehlervermeidung
- beraten bei der Beschaffung und Modernisierung von PC-Systemen

Der Lehrgang besteht aus den Bausteinen:
- PC-Technik und -Konfiguration
- PC-Systemsupport
- Linux
- Netzwerk- und Internettechnologie
- Windows-Server

Die Bausteine können unabhängig voneinander belegt werden. Sie können mit einer landeseinheitlichen Prüfung abgeschlossen werden (die Prüfungsgebühr beträgt 53,00 EUR). Für jede erfolgreiche Prüfung wird ein Zeugnis vergeben. Nach erfolgreichem Abschluss von vier frei wählbaren Bausteinen wird das Gesamtzertifikat „PC-Systembetreuer/in" vergeben.

Für Bausteine, die in diesem Semester nicht angeboten werden, können Sie sich unverbindlich in unsere Interessentenliste mit aufnehmen lassen.

CE5701

PC-Technik und Konfiguration

Konfigurieren und erweitern Sie PCs nach Ihren Anforderungen. Sie können entweder beim Neukauf eines Komplett-PCs dessen Eigenschaften professionell einschätzen oder sich einen PC nach Maß selber zusammenstellen, bauen und aufrüsten.



Themenschwerpunkte:
- Leistungsmerkmale eines PC-Systems, PC-Hardware auswählen, einbauen, konfigurieren und in Betrieb nehmen: Bauformen von PCs (PC-Gehäuse und Netzteile)
- Hauptplatinen und ihre Komponenten / PC-Prozessoren, Speicher und deren Unterscheidungsmerkmale
- Grafikkarten, Einsteckkarten, Bussysteme, Schnittstellen und Anschlusstechniken / Ressourcen (I/O Ports, DMA, Interrupts)
- Festplatten, CD- und DVD-Laufwerke
- BIOS / Bootvorgang, Konfiguration, Aktualisierung

Diese Veranstaltung ist ein Baustein des Lehrgangssystems „PC-Systembetreuer/-in".

Gute Kenntnisse im Grundlagenbereich (Windows) und in mindestens einem Anwendungsprogramm (entsprechend dem Europäischen ComputerPass Xpert).

Michael Heuer
Beginn auf Anfrage. Lassen Sie sich unverbindlich in unsere Interessentenliste aufnehmen! (44 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum
Gebühr: 222,00 € (inklusive Lernmittel)

CE5703

PC-Systemsupport

Installieren und administrieren Sie Windows-Betriebssysteme und Anwenderprogramme. Entdecken und beheben Sie Hard- und Softwarefehler.

Themenschwerpunkte:
- Installation, Optimierung und Einrichtung von Betriebssystemen und Anwendungen
- Erkennung, Diagnose und Behebung von Softwareproblemen
- Organisation des Systemsupports
- Datensicherung und Datensicherheit
- PC-Sicherheit (Viren, Trojaner und andere Schädlinge)

Diese Veranstaltung ist ein Baustein des Lehrgangssystems „PC-Systembetreuer/-in".

Gute Kenntnisse im Grundlagenbereich (Windows) und in mindestens einem Anwendungsprogramm (entsprechend dem Europäischen ComputerPass Xpert) werden vorausgesetzt.

Michael Heuer
Beginn auf Anfrage. Lassen Sie sich unverbindlich in unsere Interessentenliste aufnehmen! (44 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum
Gebühr: 222,00 € (inklusive Lernmittel)

CE5705

Netzwerk und Internettechnologie

Lernen Sie die Hard- und Softwarekomponenten eines Netzwerkes kennen und erhalten Sie die Fähigkeit, die für das Arbeiten im Netzwerk und im Internet wichtige Software auf der Nutzerseite zu konfigurieren.
Es werden ausführlich und praxisorientiert die entsprechenden Technologien erläutert und es wird anschaulich in alle notwendigen Theorien und Normen eingeführt.

Themenschwerpunkte:
- Netzwerke einrichten und konfigurieren
- Hardware und Einrichtung für lokale Netzwerke und den Internetzugang
- Netzwerke verbinden (Hub, Switch, Router, Gateway)
- TCP/IP (IP-Adressierung, DHCP, Domain Name Service)
- Sicherheit in Netzwerken
- Konfiguration von Internet Anwendungen

Diese Veranstaltung ist ein Baustein des Lehrgangssystems „PC-Systembetreuer/-in".

Gute Kenntnisse im Grundlagenbereich (Windows) und in mindestens einem Anwendungsprogramm (entsprechend dem Europäischen ComputerPass Xpert) werden vorausgesetzt.

Carsten Holdack, System- und Netzwerkadministrator
Beginn auf Anfrage. Lassen Sie sich unverbindlich in unsere Interessentenliste aufnehmen! (44 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum
Gebühr: 222,00 € (inklusive Lernmittel)

CE5707

LINUX

Sie lernen die effektive Einrichtung und Benutzung auch auf der Kommandozeile und erhalten einen Einblick in das Konzept und die wichtigsten Befehle eines Linux-Systems. Darüber hinaus erhalten Sie weitergehende Kenntnisse über die Verwaltung, Betreuung und Installation kleinerer und mittlerer Systeme.

Themenschwerpunkte:
- Einführung in die Systemverwaltung unter Linux
- Datei- und Geräteverwaltung
- Setup-Werkzeuge
- Benutzer und Benutzergruppen
- Bootvorgang
- Prozessverwaltung

- Editoren
- Shell-Skripting
- Datensicherung unter Linux

Diese Veranstaltung ist ein Baustein des Lehrgangssystems „PC-Systembetreuer/-in“.

Gute Kenntnisse im Grundlagenbereich (Windows) und in mindestens einem Anwendungsprogramm (entsprechend dem Europäischen ComputerPass Xpert) werden vorausgesetzt.

Carsten Holdack, System- und Netzwerkadministrator
Beginn auf Anfrage. Lassen Sie sich unverbindlich in unsere Interessentenliste aufnehmen!
(52 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum
Gebühr: 246,00 € (inklusive Lernmittel)

CE5709
Windows Server

Windows Server bilden den Kern von fast jedem kleinen oder mittleren Netzwerk. In diesem Lehrgang erwerben Sie Kenntnisse, die Sie in die Lage versetzen, einen Windows Server einzurichten, in Betrieb zu nehmen und zu warten. Damit haben Sie den Grundbaustein für den erfolgreichen Support eine kleinen Netzwerkes.

Themenschwerpunkte:
- Serverversionen und Einsatzgebiete
- Installation, Einrichtung und Administration eines Domänencontrollers
- Active Directory Service
- Einsatz von Richtlinien
- Installation und Konfiguration von Druckern in der Domäne
- Terminaldienste und Fernwartung
- Konfiguration von DNS und DHCP
- Sicherheitsaspekte

Diese Veranstaltung ist ein Baustein des Lehrgangssystems „PC-Systembetreuer/-in“.

Gute Kenntnisse im Grundlagenbereich (Windows) und in mindestens einem Anwendungsprogramm (entsprechend dem Europäischen ComputerPass Xpert).

Carsten Holdack, System- und Netzwerkadministrator
Beginn auf Anfrage. Lassen Sie sich unverbindlich in unsere Interessentenliste aufnehmen!
(44 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum
Gebühr: 222,00 € (inklusive Lernmittel)

CMS Online Designer (VHS)
Online Techniken von der statischen Webseite bis zum Content Management System

Der Lehrgang bietet eine fundierte Einarbeitung in die aktuellen Aspekte moderner Website-Technologien. Das Ziel ist der optimale professionelle Einsatz der verschiedenen Online-Design-Konzepte – von statischen Websites bis hin zu Content Management Systemen – basierend auf dynamischen serverseitigen Scriptsprachen und Datenbanken.

Der Lehrgang besteht aus den Bausteinen
- (X)HTML & CSS – Statische Webseiten
- PHP & MySQL – Dynamische Webseiten
- Joomla! – CMS System

Die Bausteine können unabhängig voneinander belegt werden. Sie können mit einer landeseinheitlichen Prüfung abgeschlossen werden (die Prüfungsgebühr beträgt 53,00 EUR). Für jede erfolgreiche Prüfung wird ein Zeugnis vergeben. Nach erfolgreichem Abschluss von drei Bausteinen wird das Gesamtzertifikat „CMS Online Designer“ vergeben.

Modul I: (X)HTML & CSS
(Basismodul 40 UStd.)

Modul II: Dynamische Webseiten mit PHP & MySQL
(Basismodul 40 UStd.)

Modul IIIa: CMS Joomla!
(Wahlmodul 40 UStd.)

CE5711
(X)HTML & CSS
Statische Webseiten technisch perfekt umgesetzt
Bildungsurlaub

Entwickeln Sie professionelle Webseiten, die für Suchmaschinen optimiert, barrierefrei und leicht anpassbar sind.

Themenschwerpunkte:
- Planung und Konstruktion einer Webseite
- Webseitengerüste
- Trennung von Inhalt und Layout
- HTML-Varianten bis HTML5
- CSS für barrierefreies Webdesign
- Optimierte Darstellung für alle Browser
- Umsetzung eines Layouts, Workflow
- Professionelle Webseiteneditoren
- Nutzung von Templates in Sites und Editoren
- Suchmaschinenoptimierung

Diese Veranstaltung ist ein Baustein des Lehrgangssystems „CMS Online Designer“.

Vorgesehener Prüfungstermin: 1. Dezember

Voraussetzungen: Gute Kenntnisse im Grundlagenbereich (Windows) und in mindestens einem Anwendungsprogramm (entsprechend dem Europäischen ComputerPass Xpert).

Matthias Claußen, Systemanalytiker
montags - freitags, 26. November - 30. November, 8.30 - 16.00 Uhr, 5 Tage (40 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum B
Gebühr: 170,00 € (inklusive Lernmittel)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE5712
PHP & MySQL
Dynamische serverseitige Scripttechnik

Techniken dynamischer Webseitengenerierung am Beispiel der Standards Apache (Webserver), MySQL (Datenbank) und PHP (serverseitige Scriptsprache).

Themenschwerpunkte:
- LAMP und WAMP als Server
- Serverkonfiguration für Entwciklungs- und Hosting-Umgebung
- PHP-Programmierung (Syntax, Beispiele)
- Objektorientierte Programmierung
- Formulare , Cookies, Sessions
- Datenbank MySQL (Client / Server)
- Datenbankentwurf (Normalformen)
- Praxisbeispiele PHP & MySQL (Gästebuch, einfaches CMS)
- Sicherheit, Backuptechnik, Datenbank
- Backup von dynamischen Webprojekten

Diese Veranstaltung ist ein Baustein des Lehrgangssystems „CMS Online Designer“.

Voraussetzungen: Gute Kenntnisse im Grundlagenbereich (Windows) und in mindestens einem Anwendungsprogramm (entsprechend dem Europäischen ComputerPass Xpert).

Carsten Holdack, System- und Netzwerkadministrator
donnerstags, ab 2. Februar, 18.30 - 21.40 Uhr, 10 Abende (40 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum
Gebühr: 170,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE5713
Joomla!
Open Source Content Management System

Internetauftritt problemlos erstellen und kostengünstig hosten.

Themenschwerpunkte:
- Installation und Webserver Umgebung
- Frontend, Sprachen, Templates
- Joomla-Backend (Kontrollzentrum, Benutzerverwaltung, ...)
- Templates anpassen
- Anbindung von LDAP, OpenID
- Integration von AJAX-Features (MooTools)



Projekt „Kulturelle KLICKS“: „Theater“
Foto: Ralf Schumacher

Diese Veranstaltung ist Baustein des Lehrgangssystems „CMS Online Designer".

Voraussetzungen: Gute Kenntnisse im Grundlagenbereich (Windows) und in mindestens einem Anwendungsprogramm (entsprechend dem Europäischen ComputerPass Xpert).

Kersten Franz, staatl. gepr. Techniker für Elektrotechnik
montags, ab 6. Februar, 18.30 - 21.40 Uhr, 10 Abende (40 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum B
Gebühr: 170,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

Tastschreiben am PC

CE5901

Tastschreiben am PC - intensiv

Die Erstellung von maschinengeschriebenen Texten wird heute mit Personalcomputern durchgeführt. Viele Vorteile, wie leichte Korrigierbarkeit, verschiedene Schriftarten, die Speichermöglichkeit der geschriebenen Texte und die Vielfalt der Ausdruckmöglichkeiten haben dazu geführt, dass die Schreibmaschine von der EDV-gestützten Texterstellung abgelöst wurde.

Themenschwerpunkte:
Erlernen des 10-Finger-Tastschreibens im Buchstabenfeld mit Großschreibung, Erarbeitung der wichtigsten Sonderzeichen sowie die neuen Schreib- und Gestaltungsregeln für die Textverarbeitung nach DIN 5008.
Das Lehrbuch wird am ersten Abend bekannt gegeben.

Dorothea Gebert, Fachlehrerin
montags und donnerstags, 6. Februar - 15. März, 18.00 - 20.00 Uhr, 12 Abende (28 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 81,00 €

Bildungsurlaub – was ist das und wer kann ihn nutzen

Programmbereichsleitung Fremdsprachen/Rhetorik: Karlheinz Rehling, Tel. 05141/92 98-24
Programmbereichsleitung Gesundheit/Pädagogik: Tessa Twele, Tel. 05141/92 98-21
Programmbereichsleitung EDV/Kaufmännische Bildung: Markus Fink, Tel. 05141/92 98-23

Nach dem Niedersächsischen Bildungsurlaubsgesetz (NBildUG) können Arbeitnehmer/-innen bezahlten Bildungsurlaub nehmen, wenn sie eine nach diesem Gesetz anerkannte Bildungsveranstaltung besuchen. Die Dauer des Bildungsurlaubs, der für ein Kalenderjahr in Anspruch genommen werden kann, richtet sich nach der Zahl der wöchentlichen Arbeitstage (in der Regel: fünf Tage).

Für Beamte und Richter richtet sich die Freistellung zur Teilnahme an Bildungsveranstaltungen nach den Bestimmungen der Verordnung über Sonderurlaub.

Für die Bildungsurlaubsveranstaltungen der VHS ist die Anerkennung nach dem Niedersächsischen Bildungsurlaubsgesetz beantragt oder liegt bereits vor. Die Bildungsurlaubsveranstaltungen erstrecken sich über mehrere Tage. Für den Unterricht ist eine tägliche Mindeststundenzahl vorgesehen.

Nach erfolgter Anmeldung erhalten Sie von uns eine Anmeldebestätigung, die Sie Ihrem Arbeitgeber als Mitteilung über die Inanspruchnahme und die zeitliche Lage des Bildungsurlaubs vorlegen müssen.

Interessenten, die keinen Arbeitgeber haben, können selbstverständlich auch teilnehmen! Schriftliche Anmeldungen sind erforderlich; diese werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt und bestätigt.

Folgende Bildungsurlaubsveranstaltungen werden in diesem Semester angeboten:

Reisen:	**CE0103**	Deutsch-Polnische Beziehungen und Geschichte
Sprachen:	**CE3132**	Bildungsurlaub: Englisch A 2
	CE3133	Bildungsurlaub: Englisch A 2
	CE3134	Bildungsurlaub: Englisch B 1
	CE3215	Bildungsurlaub: Spanisch II
	CE3218	Bildungsurlaub: Spanisch V
	CE3417	Bildungsurlaub: Wirtschaftsfranzösisch
Gesundheit:	**CE4100**	Blütezeit statt Ruhestand
	CE4300	Die Feldenkrais-Methode
	CE4301	Stressbewältigung
EDV:	**CE5101**	Windows 7 und Microsoft Office
	CE5107	Tabellenkalkulation mit Microsoft Excel 2010
	CE5115	AutoCAD 2011 - Konstruktion und Visualisierung
	CE5711	(X)HTML & CSS - Statische Webseiten
	CE5806	EDV-Finanzbuchhaltung
	CE5808	EDV-Lohn-Gehaltsabrechnung
	CE7310	Vorbereitung auf die Abschlussprüfung Handelsfachwirte (IHK)

Schulabschlüsse / Zweiter Bildungsweg



Versäumte Schulabschlüsse nachholen oder den Zugang zur Hochschule schaffen !

**Der Zweite Bildungsweg hilft vielen Jugendlichen und jungen Erwachsenen den Start in das Berufsleben zu erreichen.
Ohne einen Schulabschluss sind die Chancen gering.
Der Zugang zur Hochschule ohne Reifezugnis kann eine weitere interessante Perspektive sein!**

Die VHS Celle bietet unterschiedliche Vorbereitungslehrgänge auf die staatlichen Prüfungen und Zugangsvoraussetzungen an.

Wir beraten Sie gern!

Interessenten/Innen für die u.g. Lehrgänge können sich in der Geschäftsstelle der VHS Celle, Telefon 05141 – 92 98 0, gern in eine Interessentenliste eintragen lassen. Sie werden rechtzeitig vor Lehrgangsbeginn zu einer Informationsveranstaltung eingeladen.

Für Beratungen in den ersten Wochen nach Veröffentlichung dieses Programms – im Januar/Februar – empfehlen wir, Beratungstermine telefonisch ab zu sprechen.

Hauptschule

CE6520

Tageslehrgang Hauptschulabschluss

in Verbindung mit dem Basiszertifikat Xpert Europäischer ComputerPass

Zeiten montags bis freitags
von 08.00 bis 13.00 Uhr
(frei sind die Ferienzeiten der allgemein bildenden Schulen in Niedersachsen.)

Fächer Deutsch, Mathematik, Geschichte, Sozialkunde, Biologie, Arbeit/Wirtschaft und/bzw. Englisch.

Beginn Frühjahr 2012 (Dauer: 8 Monate)

Gebühr 80,00 € monatlich

11BCE6622 und 11BCE6623

Tageslehrgang Realschulabschluss - trs 11/12

Beginn: 29.August 2011

(Neuaufnahmen in diese Lehrgänge sind nach Rücksprache mit der Programmbereichsleiterin je nach Vorkenntnissen noch möglich)

Zeiten montags bis freitags
von 08.00 bis 13.00 Uhr
(frei sind die Ferienzeiten der allgemein bildenden Schulen in Niedersachsen)

Fächer Deutsch, Mathematik, Englisch, Geschichte, Sozialkunde, Biologie, Physik;
hinzu kommt ein individuelles Bewerbertraining.

Abschluss im Juli 2012

Gebühr 80,-€ monatlich

CE6624

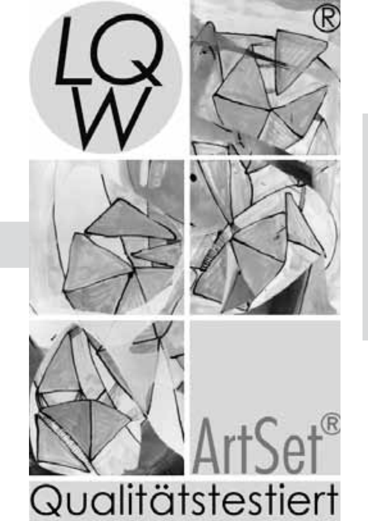
Tageslehrgang Realschulabschluss - trs 12/13

Beginn: März 2012

Abschluss: März 2013

Gebühr 80,-€ monatlich

Bitte lassen Sie sich in unsere Interessentenliste eintragen.



Lehrgänge in den Justizvollzugsanstalten

Die VHS führt in den Vollzugsanstalten Celle und der Abteilung Salinenmoor Lehrgänge zum nachträglichen
Erwerb von Schulabschlüssen durch. Die Zusammenarbeit mit der JVA Celle begann bereits im Herbst 1970; in der JVA Salinenmoor fanden die ersten Lehrgänge 1983 statt. Folgende Lehrgänge und auch einzelne Kurse werden je nach Bedarf durchgeführt:

- Deutsch als Zweitsprache
- Förderkurs/Integrationskurs
- Lehrgang Hauptschulabschluss
- Lehrgang Realschulabschluss

Brücke zum Studium:
Hochschulzugang - Universitäten und Hochschulen sind offen für Sie!

Für ein Studium ohne Abitur in der entsprechenden Fachrichtung ist lediglich eine abgeschlossene Berufsausbildung und eine dreijährige Berufspraxis im Ausbildungsberuf, aber keine Zugangsprüfung erforderlich.

Ein fachbezognener Hochschulzugang in ein berufsfremdes Studienfach kann durch eine Prüfung erfolgen. Das Führen eines Haushaltes mit mindestens einer zu pflegenden Person oder mindestens einem Kind wird hier als gleichwertig zur Berufsausübung anerkannt.
Der Weg vom Beruf oder der Schule zum Studium braucht Brücken - die eine angemessene Vorbereitung auf die Hochschule gewährleisten.
Diese Vorbereitung auf neue Lernherausforderungen möchte die VHS Celle durch Beratung und Auslotung Ihrer Kompetenzen und eine fundierte modulare Ausbildung ermöglichen!

Sehr gerne beraten wir Sie über unsere Angebote

Tessa Twele, t.twele@vhs-celle.de; 05141-9298-21

z.B. folgende Crashkurse:

CE 1905 Grundlagen wissenschaftlichen Arbeitens
CE 1906 Sommer-VHS: Grundlagen wissenschaftlichen Arbeitens
CE 1304 Fit für die Präsentation in Prüfungs- und Bewerbunssituationen

CE6720

Hochschulstudium ohne Reifezeugnis

Vorbereitungslehrgang auf die Prüfungen im Januar/Februar 2013

Diese Prüfung bietet eine Möglichkeit, ohne Hochschul- oder Fachhochschulreife die Zugangsberechtigung für die Hochschulen in Niedersachsen zu erlangen.

Die fachbezogene Hochschulzugangsprüfung besteht aus zwei Prüfungsteilen: dem allgemeinen und dem besonderen Teil – dem Studienfach. Die Volkshochschule bereitet Bewerber/innen auf die zentralen Prüfungen für den allgemeinen Teil vor. Der besondere Teil, das Studienfach, wird an den jeweiligen Hochschulen vorbereitet.

Die Inhalte des Lehrganges sind entsprechend den Prüfungsanforderungen:
- Deutsch und Einführung in wissenschaftliches Arbeiten
- Englisch
- Mathematik
- Bearbeitung von Themen aus dem kulturellen, politischen, gesellschaftlichen und wirtschaftlichen Bereich.

Der Unterricht findet dreimal wöchentlich – montags, dienstags und mittwochs – in der Zeit von 18.30–21.40 Uhr statt. Hinzu kommen noch ca. 4 bis 5 Wochenendtermine (samstags in Absprache). Unterrichtsfrei sind die Ferienzeiten der allgemein bildenden Schulen in Niedersachsen.

Beginn im März 2012

Gebühr auf Anfrage





Für die Schulabschlüsse und den Zugang zur Hochschule suchen wir immer wieder engagierte Dozenten und Dozentinnen,

die Lust haben, auf freiberuflicher Basis anderen Menschen in den Fächern:

Deutsch, Mathematik, Englisch, Biologie, Erdkunde, Physik, Politik und wissenschaftlichem Arbeiten

Motivation zum Lernen und Sachwissen zu vermitteln.

Bewerben Sie sich unter info@vhs-celle.de

Telefonische Informationen 05141-9298-0

Kommunikation/ Rhetorik

CE1900

Rhetorik im öffentlichen Leben

Vertiefungsseminar für Frauen am Wochenende

Martina Boden, Journalistin
Samstag, 21. Januar,
9.30 - 16.00 Uhr (8 UStd.)
VHS, Trift 20, Saal
Gebühr: 25,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE1901

Andere coachen - das können auch Sie - garantiert!



Wie Kollegen/-innen sich gegenseitig effektiv unterstützen können

Anderen helfen zu können, macht glücklich und gibt dem eigenen Leben einen besonderen Sinn. In teuren Ausbildungen kann man sich zum zertifizierten Coach ausbilden lassen. Der Wert solcher Ausbildungen ist unumstritten. In vielen Situationen können wir uns gegenseitig in Beruf und in Projekten auch ohne besondere Ausbildung effektiv helfen.
Wie kann das gehen? Mit ein paar Faktoren, die jeder von uns einüben kann, entsteht eine vertrauensvolle und effektive Zusammenarbeit: gesunder Menschenverstand, emphatisches auf einander Zugehen, zuhören wollen, praktisches Denken, Lösungsorientierung, Fragen stellen und die Bereitschaft, eigenes Wissen und eigene „Erfolgsrezepte" anderen weiterzugeben. Das alles macht einen guten Coach aus.
Die folgenden praktischen Themen im Seminar helfen Ihnen, die ersten Schritte auf dem Weg zu einem geschätzten Coach zu gehen:

- Coaching - Missverständnisse und Klärungen im Dschungel der Definitionen.
- Coachingphasen - Welche Phasen machen einen guten Coachingprozess aus?
- Coachingwerkzeuge - Ein paar Coachingansätze, die Sie sofort umsetzen können.
- Coaching ABC - Was sollten angehende Coaches unbedingt beachten?

Ein ausgesprochen praktischer Seminartag mit vielen Übungszeiten erwartet Sie. Entdecken Sie Ihre verborgenen Talente und setzen Sie sie gleich am nächsten Tag ein!

Heinz-Martin Adler, Management-Trainer
Samstag, 10. März,
9.30 - 16.30 Uhr (8 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 1
Gebühr: 30,00 € (inklusive Lernmittel)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE1902

Keine Angst vor schwierigen Entscheidungen!

Immer diese Entscheidungen ... zwischen Angeboten, die sich nur schwer miteinander vergleichen lassen; zwischen Lösungen, die einem wie die Wahl zwischen Pest und Cholera vorkommen; zwischen Optionen, bei denen man nie weiß, ob sie sich als nachhaltig und wirklich nutzbringend erweisen.
Aber aufschieben ist auch keine Lösung. Also packen wir es an! Aber welche Entscheidungstechniken helfen wirklich weiter? Nach diesem Seminar wissen Sie es. Mit jeweils fünf Schritten nehmen Sie jeder noch so schwierige Entscheidungen den Schrecken:

- Grundlagen für richtige Entscheidungen schaffen
- Situation analysieren
- Lösungsalternativen suchen
- Die beste Entscheidung finden
- Entscheidungen im Team finden

Am Anfang des Seminars stellen Sie (für sich ganz persönlich) durch das Ausfüllen eines Fragebogens fest, wie entscheidungsfreudig Sie sind. Und am Ende kontrollieren Sie selbst die Fortschritte, die Sie im Lauf des Tages gemacht haben.

Bitte mitbringen: Eine Liste von drei bis fünf Entscheidungen, die bei Ihnen (beruflich, privat oder ehrenamtlich) anstehen! Sie sind eine ideale Grundlage für die Übungen, die Sie im Seminar machen werden.

Heinz-Martin Adler, Management-Trainer
Samstag, 5. Mai,
9.30 - 16.30 Uhr (8 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 2
Gebühr: 36,00 € (inklusive Lernmittel)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE1903

Meine Stärken - meine Schwächen -

wie mache ich das Beste daraus?
Wochenendseminar

Wie kommt es nur, dass bestimmte Menschen (fast) immer als stark oder gewinnend rüberkommen? Warum werden die einen (fast) immer von den anderen geschätzt und die anderen (fast) immer übersehen?
Die Antworten liegen in den Persönlichkeiten und darin, wie sie sich verhalten. In diesem Seminar gewinnen Sie neue Freude an der effektiven Kommunikation mit Menschen, die Sie vorher als „schwierig" eingestuft haben.
Die folgenden Schritte gehen wir gemeinsam:

- Sie entdecken, wie Sie mit Selbstvertrauen in die eigenen Stärken eine neue Lebensqualität gewinnen können.
- Sie erkennen die Mischung von Stärken und Schwächen, die Ihr Verhalten kennzeichnen.
- Sie verstehen, wie andere „ticken" und wie Sie Brücken des gegenseitigen Verstehens zu anderen aufbauen können.
- Sie üben mit den anderen TeilnehmerInnen spielerisch das Verhalten ein, das bei dem anderen „ankommt".

Heinz-Martin Adler, Management-Trainer
Samstag, 11. Februar,
9.30 - 16.30 Uhr (8 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 3
Gebühr: 49,00 € (inklusive Lernmittel)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE1904

Fit für die Präsentation

in Prüfungs- und Bewerbungssituationen
Wochenendseminar

Egal ob Sie einen Vortrag halten, ein Projekt präsentieren oder sich bewerben - überall gibt es Anlässe, die für Nervosität und Aufregung sorgen, wenn Sie das Präsentieren nicht gewohnt sind.
In diesem Seminar lernen Sie hilfreiche Methoden kennen, wie Sie eine Präsentation vorbereiten können und gleichzeitig ihre Prüfungsangst besser in den Griff bekommen.
Das Seminar bietet Ihnen ausserdem die Möglichkeit, aus Erfahrungen der Anderen Teilnehmenden zu lernen und praktisch zu üben.
Besonders geeignet ist dieses Seminar für IHK und HWK Prüfungskandidaten.

Sonja Elisabeth Wötzel, Dipl.-Sozialpäd., Fachref. für Sozialmanagement, Persönlichkeitsentwicklung & Gesundheitsförderung
Samstag, 11. Februar,
9.00 - 16.00 Uhr (8 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 2
Gebühr: 24,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

Studienvorbereitung/ Wissenschaftliches Arbeiten

CE1905

Grundlagen wissenschaftlichen Arbeitens



Wochenendseminar

Dieses Seminar richtet sich an alle, die sich für die Schule, für das Studium oder aus Interesse die Grundlagen wissenschaftlichen Arbeitens aneignen wollen. Es geht um das Erschließen und Zitieren wissenschaftlicher Literatur, die Organisation wissenschaftlicher Arbeit, Literaturbeschaffung und Literaturauswertung. Es werden Studienordnung, Prüfungsordnung und Hinweise zu Prüfungen für eigene Strategien ausgewertet. Anhand von Beispielen sollen die Grundlagen für Textanalyse und Aufgabenanalyse erarbeitet werden. Wir wollen die Grundtechniken

für eine Klausur, ein Referat, eine mündliche Prüfung und eine Hausarbeit/ Seminararbeit kennen lernen.

Dr. Dieter Budde, Staats- und Sozialwissenschaftler, Generalmajor a.D.
Samstag, 18. und Sonntag, 19. Februar, jeweils 9.00 - 17.30 Uhr (14 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 2
Gebühr: 35,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE1906

Sommer-VHS: Grundlagen wissenschaftlichen Arbeitens



Kursinhalt s. o.

Dr. Dieter Budde, Staats- und Sozialwissenschaftler
montags - mittwochs, 27. - 29. August, 10.00 - 13.30 Uhr, 3 Termine (14 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 3
Gebühr: 35,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

Personal- und Organisationsentwicklung

CE7122

Ausbildung der Ausbilder

Meisterprüfung Teil IV
Nach den neuen Empfehlungen des Bundesinstitutes für Berufsbildung

Der Lehrgang wendet sich vornehmlich an Ausbilder/innen, die die Ausbilder-Qualifikation erwerben wollen; aber auch an Unternehmer und deren Mitarbeiter/innen, die ihre Kenntnisse für die Berufsausbildung erweitern wollen.

Der Lehrgang ermöglicht eine qualifizierte Fortbildung und bereitet zielgerichtet auf die Ausbilder-Eignungsprüfung vor, die von der Industrie- und Handelskammer (IHK) Lüneburg-Wolfsburg abgenommen wird.

Der Lehrgang umfasst 96 Unterrichtsstunden und besteht aus vier Bausteinen. Folgende Handlungsfelder und Aufgaben werden behandelt:

A. Ausbildungsvoraussetzungen prüfen und Ausbildung planen
B. Ausbildung vorbereiten und bei der Einstellung von Auszubildenden mitwirken
C. Ausbildung durchführen
D. Ausbildung abschließen

Als Lehrplan gilt der vom Bundesinstitut für Berufsbildung empfohlene Rahmenstoffplan zur Ausbildung von Ausbildern.

Ein neuer Lehrgang beginnt im Oktober 2012. Interessenten bitten wir, um Vormerkung in der Geschäftsstelle.

Teilnahmegebühren einschließlich der Lernmittel 390,00 EUR. Prüfungsgebühren der IHK 150,00 EUR.



Projekt „Kulturelle KLICKS": „Kühlschränke"
Foto: Martin Dobroschke

CE7124

Meister im Handwerk, Teil III



Betriebswirtschaftliche, kaufmännische und rechtliche Kentnisse

Der Lehrgang umfasst 240 Unterrichtsstunden. Folgende Handlungsfelder nach der Allgemeinen Meisterprüfungsverordnung (AMVO) vom 26.10.2011 werden behandelt:
- Wettbewerbsfähigkeit von Unternehmen
- Gründungs- und Übernahmeaktivitäten vorbereiten, durchführen und bewerten
- Unternehmensführungsstrategien entwickeln

Ein neuer Lehrgang beginnt im März 2012. Unterricht ist jeweils dienstags und donnerstags von 18.30 - 21.40 Uhr.

Teilnahmegebühren: 780,00 EUR zuzüglich Lernmittel und Prüfungsgebühr.

Interessenten melden sich bitte in der VHS-Geschäftsstelle und lassen sich vormerken.



Bildungsurlaube - 1 Woche intensiv in den Fachbereichen Sprachen, EDV/Kaufmännisches und Gesundheit. Mit Freistellung oder als interessante Lernform

CE5814

Selbst das Chaos hat System - oder?

Moderne Büro- und Selbstorganisation
Wochenendkurs

Was finden wir alles auf unseren Schreibtischen neben Arbeitsunterlagen, Fachzeitschriften, Notizen und Akten?

Themenschwerpunkte:
- Auswirkung von Ordnung auf die Leistungsfähigkeit
- Professionell entrümpeln
- Organisationsstrukturen im Büro als Voraussetzung für effizientes Arbeiten
- Eine Ablage mit integrierter Wiedervorlage einrichten
- Arbeitsmethoden im Tagesgeschäft (Post, Zettelwirtschaft, Schriftlichkeit)
- Pseudozwang: Die offene Tür - wie Sie sich vor Störungen schützen

Andreas Heidemann, Betriebswirt
Samstag, 3. März, 9.00 - 16.30 Uhr (8 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 3
Gebühr: 20,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE5815

Zwischen Effektivität und Entspanntheit



Selbstmanagement für Unternehmer/-innen und Führungskräfte
Wochenendkurs

Im Fokus dieses Kurses stehen diejenigen, die sich hinsichtlich der Möglichkeit des beruflichen Fortkommens und gleichzeitigem Mensch bleibens weiterbilden wollen. Nicht immer gelingt dieser Spagat zwischen Erfolg im Beruf und einem entspannten Leben. Auch und insbesondere für Frauen, die neben ihrem Full-Time-Job in der Familie zusätzlich noch im Business erfolgreich sind, ist dieses Seminar interessant. Es verdeutlicht einmal mehr, dass „Familie und Beruf" nicht nur funktionieren kann, sondern sogar muss, damit das Leben insgesamt gelingt.
Diese Weiterbildung kann an die Substanz gehen, wenn es darum geht, sich selbst zu überwinden, um sich dann der neuen Freiräume zu freuen. Diese Freiräume stehen dann der Unternehmensentwicklung einerseits, dem Privatleben andererseits zur sinnvollen Verfügung. Das „Hamster-Laufrad" des Tagesgeschäfts verlassen und sich selbst zum Erfolg führen.
Seminarinhalte:
- Psychologische Grundsätze des Selbstmanagements erkennen
- Persönliche Ziele erkennen und umsetzen
- Sich selbst optimal organisieren
- Seine Zeit optimal einteilen
- Prioritäten setzen
- Freiräume für die Unternehmensführung finden
- Balance zwischen Beruf und Privatleben finden

Andreas Heidemann, Betriebswirt
Samstag, 5. Mai, 9.00 - 16.30 Uhr (8 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 3
Gebühr: 20,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

Kaufmännische Bildung

Programmbereichsleitung:

Markus Fink

Fachkraft Rechnungswesen (VHS)

Der Lehrgang wendet sich insbesondere an Beschäftigte im Handel, in der Industrie und der Verwaltung, die innerhalb des Unternehmens eine unterstützende Tätigkeit im betrieblichen Rechnungswesen anstreben und an Nichtbeschäftigte zum Zwecke der Eingliederung oder Wiedereingliederung in das Erwerbsleben.
Allgemeines Ziel ist es, die Teilnehmenden zu befähigen, die im betrieblichen Rechnungswesen anfallenden Daten nach dem neuesten Stand der gesetzlichen Bestimmungen und Verordnungen zu verarbeiten.

Der Lehrgang umfasst folgende Bausteine:
- Buchführung Teil I und II 96 Ustd.
- EDV-Finanzbuchhaltung 40 Ustd.
- Betriebliches Steuerrecht 60 Ustd.

Die drei Bausteine schließen jeweils mit einer landeseinheitlichen Prüfung des Landesverbandes der Volkshochschulen Niedersachsens e.V. ab. Die Prüfungsgebühren betragen pro Prüfung 43,00 €; für die Prüfung EDV-Finanzbuchhaltung 48,00 €.
Bei Bestehen aller Teilprüfungen, die in einem Zeitraum von 2 Jahren absolviert sein müssen, erhält der Teilnehmer das Gesamt-Zertifikat „Fachkraft Rechnungswesen". Darüber hinaus erhält jede/r Teilnehmer/ in ein Zeugnis für die erfolgreiche Prüfung der einzelnen Bausteine.

In diesem Semester werden die Bausteine Buchführung und EDV-Finanzbuchhaltung. Unterrichtsinhalte, -termine, -ort, Gebühren siehe unter: Fortbildung für den kaufmännischen Bereich.

Finanzbuchhalter/-in (VHS)

Der Weiterbildungslehrgang zum Finanzbuchhalter ist insbesondere bestimmt für
- Beschäftigte im Handel, in der Industrie und der Verwaltung, die innerhalb eines Unternehmens eine Tätigkeit im betrieblichen Rechnungswesen anstreben und für
- Nichtbeschäftigte zum Zwecke der Eingliederung oder Wiedereingliederung in das Erwerbsleben.

Allgemeines Ziel ist es, die Teilnehmenden zu befähigen, die im betrieblichen Rechnungswesen anfallenden Daten nach dem neuesten Stand der gesetzlichen Bestimmungen und Verordnungen zu verarbeiten.

Das Gesamtzertifikat „Finanzbuchhalter/in (VHS)" wird nach insgesamt 6 erfolgreich absolvierten Prüfungen ausgestellt: hierzu gehören 5 Pflichtmodule „Buchführung", „Kosten- und Leistungsrechnung I", „Betriebliches Steuerrecht I", „Bilanzierung", „Recht und Finanzen" und ein Wahlmodul aus den Abschlüssen „EDV-Finanzbuchhaltung", „Kosten- und Leistungsrechnung II" oder „Betriebliches Steuerrecht II".

Als Wahlmodul wird an der VHS Celle „EDV-Finanzbuchhaltung" angeboten.

Bei Bestehen aller 6 Prüfungen, die in einem Zeitraum von 4 Jahren absolviert sein müssen, erhält der/die Teilnehmer/in das Zeugnis „Finanzbuchhalter/-in (VHS)". Darüber hinaus erhält jede/r Teilnehmer/ in ein Zeugnis für die erfolgreiche Prüfung der einzelnen Bausteine.

Die Prüfungsgebühren betragen pro Prüfung 43,00 €; für die Prüfung EDV-Finanzbuchhaltung 48,00 €.

Jeder Kurs des Lehrgangssystems muss einzeln belegt werden!

Der Besuch des Lehrgangs kann als Voraussetzung für den Besuch eines weiterführenden Bilanzbuchhalter-Lehrgangs dienen.

Übersicht über Aufbau und Abschlüsse des Lehrgangs „Finanzbuchhalter/in (VHS)" an der VHS Celle

40 UStd. **EDV-Finanzbuchhaltung** Prüfung
52 UStd. **Recht und Finanzen** Prüfung
60 UStd. **Betriebliches Steuerrecht I** Prüfung
68 UStd. **Kosten- und Leistungsrechnung I** Prüfung
52 UStd. **Bilanzierung** Prüfung
96 UStd. **Buchführung Teil I und II** Prüfung nach dem Teil II

Folgende Bausteine werden in diesem Semester angeboten:

- Buchführung Teil I
- Buchführung Teil II
- Recht und Finanzen
- Bilanzierung
- Kosten- und Leistungsrechnung
- EDV-Finanzbuchhaltung

Unterrichtsinhalte, -termine, -orte, Gebühren siehe unter: Fortbildung für den kaufmännischen Bereich.

Fachkraft Lohn- und Gehalt (VHS)

Dieser Lehrgang wendet sich an Beschäftigte, die eine Tätigkeit im Rahmen der Personalsachbearbeitung anstreben, an Nichtbeschäftigte mit der Absicht der Ein-/Wiedereingliederung in das Erwerbsleben, an Selbstständige (bzw. Angehörige) in Klein- und Mittelbetrieben, die in der Lohn- und Gehaltsabrechnung des eigenen Betriebes arbeiten wollen.
Der Lehrgang vermittelt wesentliche Kenntnisse und Fertigkeiten im Bereich der Lohn- und Gehaltsabrechnung (einschließlich EDV).

Der Lehrgang umfasst folgende Bausteine:

- Lohn und Gehalt – Theorie 68 Ustd.
- EDV-Lohn und Gehalt 48 Ustd.

Die beiden Bausteine schließen jeweils mit einer landeseinheitlichen Prüfung des Landesverbandes der Volkshochschulen Niedersachsens e.V. ab. Die Prüfungsgebühren betragen 43,00 € für den ersten Baustein, für den zweiten 48,00 €.
Bei Bestehen beider Teilprüfungen, die in einem Zeitraum von 1,5 Jahren absolviert sein müssen, erhält der Teilnehmer das Gesamt-Zertifikat „Fachkraft Lohn und Gehalt". Darüber hinaus erhält jeder Teilnehmer ein Zeugnis für die erfolgreiche Prüfung der einzelnen Bausteine.

Voraussetzungen: Kaufmännische Ausbildung bzw. langjährige Berufserfahrung bzw. Abschluss des Lehrgangs „Finanzbuchhalter/ in (VHS)" oder entsprechende Kenntnisse.

Unterrichtsinhalte, -termine, -ort, Gebühren siehe unter: Fortbildung für den kaufmännischen Bereich.

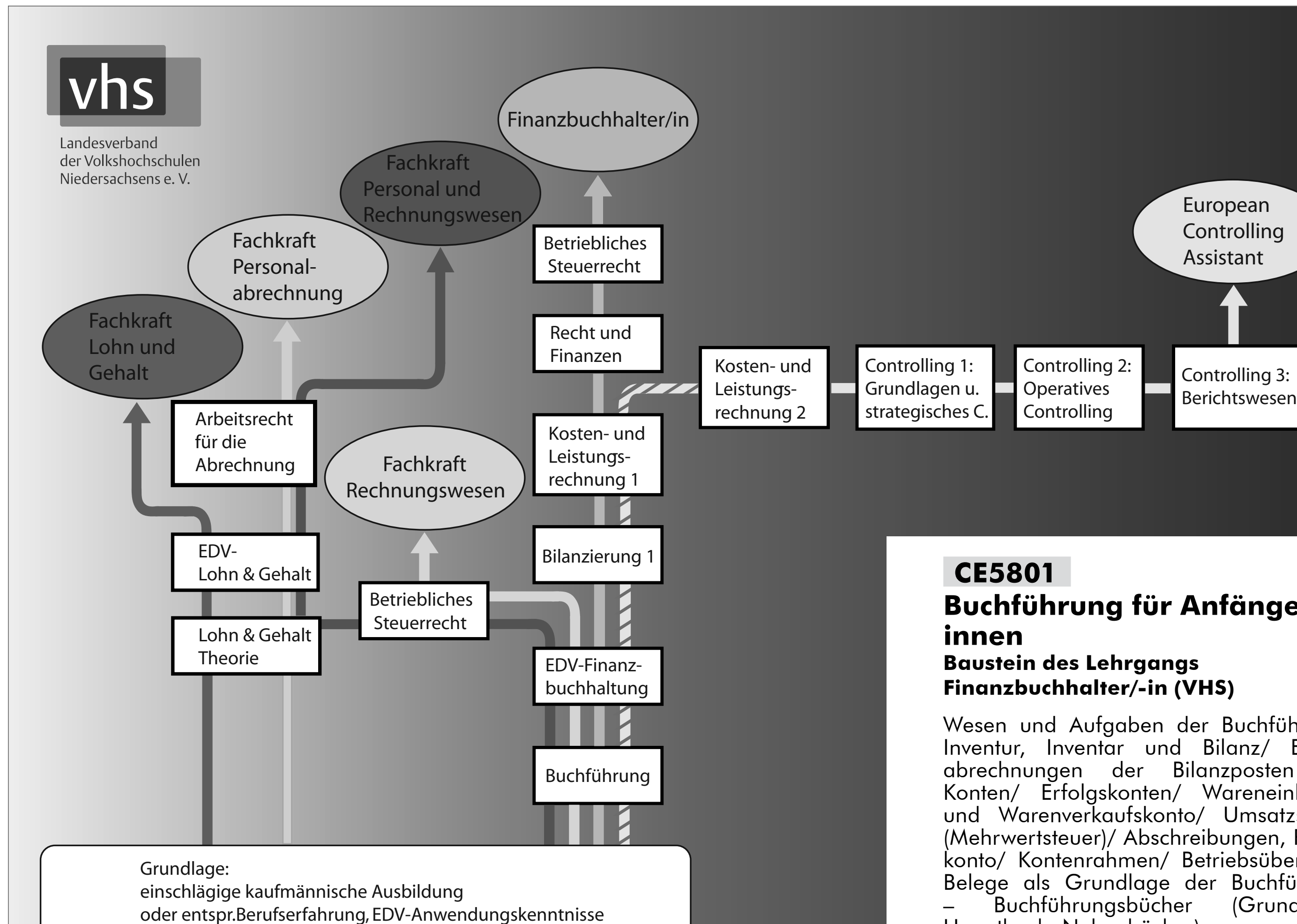
Fachkraft Personalabrechnung (VHS)

Der Lehrgang wendet sich insbesondere an Beschäftigte im Handel, in der Industrie und der Verwaltung, die innerhalb des Unternehmens eine Tätigkeit im Bereich Personalsachbearbeitung anstreben, an Nichtbeschäftigte mit dem Ziel der Eingliederung oder Wiedereingliederung in das Erwerbsleben, an Selbstständige (bzw. Angehörige) in Klein-/Mittelbetrieben, die in der Lohn- und Gehaltsabrechnung des eigenen Betriebes arbeiten wollen.
Allgemeines Ziel ist es, die Teilnehmenden zu befähigen, die in der Lohnbuchhaltung anfallenden Daten nach dem neuesten Stand der gesetzlichen Bestimmungen und Verordnungen zu verarbeiten.

Der Lehrgang umfasst folgende Bausteine:

- Lohn und Gehalt – Theorie 68 Ustd.
- Arbeitsrecht für die Abrechnung 34 Ustd.
- EDV Lohn und Gehalt 48 Ustd.

Die drei Bausteine schließen jeweils mit einer landeseinheitlichen Prüfung des Landesverbandes der Volkshochschulen Niedersachsens e.V. ab. Die Prüfungsgebühren betragen pro Prüfung 43,00 €; für die Prüfung Lohn und Gehalt – Theorie 48,00 €.
Bei Bestehen aller Teilprüfungen, die in einem Zeitraum von 1½ Jahren absolviert sein müssen, erhält der/die Teilnehmer/in das Gesamt-Zertifikat „Fachkraft Personalabrechnung". Darüber hinaus erhält jede/r Teilnehmer/in ein Zeugnis für die erfolgreiche Prüfung der einzelnen Bausteine.



Fachkraft Personal und Rechnungswesen (VHS)

Der Lehrgang wendet sich an Selbstständige (bzw. Angehörige) in Klein-/Mittelbetrieben, die im Rechnungswesen des eigenen Betriebes arbeiten wollen, an Beschäftigte im Handel, in der Industrie und der Verwaltung, die innerhalb des Unternehmens eine Tätigkeit im betrieblichen Rechnungswesen und/oder der Lohn- und Gehaltsabrechnung anstreben, an Nichtbeschäftigte mit dem Ziel der Eingliederung oder Wiedereingliederung in das Erwerbsleben.
Allgemeines Ziel ist es, die Teilnehmenden zu befähigen, die im betrieblichen Rechnungswesen und in der Lohnbuchhaltung anfallenden Daten nach dem neuesten Stand der gesetzlichen Bestimmungen und Verordnungen zu verarbeiten.

Der Lehrgang umfasst die Bausteine:

- Buchführung Teil I und II 96 Ustd.
- EDV-Finanzbuchhaltung 40 Ustd.
- Betriebliches Steuerrecht 60 Ustd.
- Lohn und Gehalt – Theorie 68 Ustd.
- Arbeitsrecht für die Abrechnung 32 Ustd.
- EDV-Lohn und Gehalt 48 Ustd.

Die sechs Bausteine schließen jeweils mit einer landeseinheitlichen Prüfung des Landesverbandes der Volkshochschulen Niedersachsens e.V. ab. Die Prüfungsgebühren betragen pro Prüfung 43,00 €; für die Prüfungen EDV Finanzbuchhaltung und EDV Lohn und Gehalt 48,00 €.
Bei Bestehen aller Teilprüfungen, die in einem Zeitraum von 3½ Jahren absolviert sein müssen, erhält der/die Teilnehmer/in das Gesamt-Zertifikat „Fachkraft Personal und Rechnungswesen". Darüber hinaus erhält jede/r Teilnehmer/in ein Zeugnis für die erfolgreiche Prüfung der einzelnen Bausteine.

CE5801

Buchführung für Anfänger/-innen

Baustein des Lehrgangs Finanzbuchhalter/-in (VHS)

Wesen und Aufgaben der Buchführung/ Inventur, Inventar und Bilanz/ Einzelabrechnungen der Bilanzposten auf Konten/ Erfolgskonten/ Wareneinkaufs- und Warenverkaufskonto/ Umsatzsteuer (Mehrwertsteuer)/ Abschreibungen, Privatkonto/ Kontenrahmen/ Betriebsübersicht/ Belege als Grundlage der Buchführung – Buchführungsbücher (Grundbuch, Hauptbuch, Nebenbücher).

Jürgen Matschiowalli, staatl. gepr. Wirtschaftsinformatiker
mittwochs, ab 22. Februar,
18.30 - 21.40 Uhr, 11 Abende (44 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 131,00 € (inklusive Lernmittel)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE5802

Buchführung für Fortgeschrittene

Baustein des Lehrgangs Finanzbuchhalter/-in (VHS)

Warenverkehr mit Bezugsposten, Rücksendungen, Gutschriften, Rabatte, Boni und Skonti, sachliche Abgrenzung, Wechsel, Lohn und Gehalt, Steuern, Abschreibungen und Wertberichtigungen auf Forderungen und Anlagen, Rücklagen und Rückstellungen.
Dieser Kurs kann mit einer Prüfung, die Bestandteil des Lehrgangs Finanzbuchhalter/in (VHS) ist, abgeschlossen werden.

Vorgesehener Prüfungstermin: Montag, 11. Juni

Das Lehrbuch, Lemke, Fender „Buchführung Groß- und Außenhandel", ist Pflichtlektüre und für die Prüfung zugelassen (das Buch ist nicht in der Kursgebühr enthalten).

Dozent wird noch bekannt gegeben.
montags, ab 6. Februar,
18.30 - 21.40 Uhr, 13 Abende (52 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 133,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE5803

Bilanzierung

Baustein des Lehrgangs Finanzbuchhalter/-in (VHS)

Allgemeine Einführung, Bewertungsgrundsätze und Bewertungsmaßstäbe, Bewertung des Anlagevermögens, Bewertung des Umlaufvermögens und der aktiven Rechnungsabgrenzungsposten, Bewertungsvereinfachungen, Bewertung von Passiva, Bewertung von Entnahmen und Einlagen, bilanzpolitische Zielsetzungen, Gewinn- und Verlustverteilung, Auswertung der Rechnungslegung.
Dieser Kurs kann mit einer Prüfung, die Bestandteil des Lehrgangs Finanzbuchhalter/in(VHS) ist, abgeschlossen werden.

Vorgesehener Prüfungstermin:
Dienstag, 19. Juni

Kerstin Überheim, Dipl. -Kauffrau, Dipl.-Sozialökonomin
dienstags, ab 7. Februar, 18.30 - 21.40 Uhr, 14 Abende (56 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 151,00 € (inklusive Lernmittel)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE5804

Recht und Finanzen

Baustein des Lehrgangs Finanzbuchhalter/-in (VHS)

Rechtliche Grundlagen (Grundlagen und Aufbau der Rechtsordnung, Rechtsfähigkeit, Kaufmannseigenschaft, Handelsregister, Vollmachten), Unternehmensformen, Besitz und Eigentum, Rechtsgeschäfte (grundsätzliche Regelungen zu Rechtsgeschäften, Kaufvertrag), Einzug von Forderungen (Mahnverfahren, Verjährung), Zahlungsverkehr, Finanzierung, Kreditsicherung; Wiederholung/Test.
Buchempfehlungen:

- BGB, Deutscher Taschenbuchverlag, ISBN 3-423-05001-2
- Wichtige Wirtschaftsgesetze, NWB-Verlag, ISBN 3-482-47105-3

Die Gesetzestexte sind als Hilfsmittel während der Prüfung zugelassen.
Der Kurs wendet sich auch an Teilnehmende, die sich auf die Kaufmannsgehilfenprüfungen vorbereiten wollen.
Dieser Kurs kann mit einer Prüfung, die Bestandteil des Lehrgangs Finanzbuchhalter/in (VHS) ist, abgeschlossen werden.

Vorgesehener Prüfungstermin:
Montag, 11. Juni

Ralf Überheim, Dipl.-Kaufmann (FH)
montags, ab 6. Februar,
18.30 - 21.40 Uhr, 13 Abende (52 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 151,00 € (inklusive Lernmittel)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

www.vhs-celle.de

Sie können sich auch über das Internet anmelden.

Unter jedem Kurs finden Sie ein entsprechendes Anmeldeformular.

CE5805

Kosten- und Leistungsrechnung

Baustein des Lehrgangs Finanzbuchhalter/-in (VHS)

Kursinhalte:

- Begriffliche Klarstellungen
- Kostenartenrechnung
- Kostenstellenrechnung
- Kostenträgerrechnung
- Kosten und Beschäftigung
- Deckungsbeitragsrechnung
- Die Kosten- und Erfolgsrechnung als Grundlage der Entscheidungsvorbereitung
- Grundzüge der Plankostenrechnung
- Kostenrechnungssysteme

Dieser Kurs kann mit einer Prüfung, die Bestandteil des Lehrgangs Finanzbuchhalter/in(VHS) ist, abgeschlossen werden.

Vorgesehener Prüfungstermin:
Mittwoch, 27. Juni

Dozent wird noch bekannt gegeben.
mittwochs, ab 8. Februar,
18.30 - 21.40 Uhr, 17 Abende (68 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 188,00 € (inklusive Lernmittel)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE5806

EDV-Finanzbuchhaltung

mit Lexware
Bildungsurlaub
Baustein des Lehrgangs Finanzbuchhalter/-in (VHS)

In immer mehr Betrieben werden EDV-Finanzbuchhaltungsprogramme eingesetzt, da sie schnelle und exakte Informationen für betriebswirtschaftliche Entscheidungen liefern.
Der Arbeitsplatz des Finanzbuchhalters ist davon unmittelbar betroffen.

Der Kurs vermittelt am Beispiel eines professionellen Finanzbuchhaltungsprogramms folgende Inhalte:

- Einführung: Programmstart, Datensicherung, Grundeinstellungen
- Stammdaten anlegen und ändern
- Bewegungsdaten: Eröffnungsbestände, Aufbereitung von Buchungsmaterial aller relevanten Geschäftsfälle und Abschlussarbeiten
- Bildschirmauskunft, verschiedene Ausdrucke
- Auswertungen, Abschlüsse

Dieser Kurs kann mit einer Prüfung, die Bestandteil des Lehrgangs Finanzbuchhalter (VHS) ist, abgeschlossen werden.

Vorgesehener Prüfungstermin:
Samstag, 23. Juni

Windows-Grundkenntnisse sind von Vorteil, fundierte Buchhaltungskenntnisse werden vorausgesetzt.

Thomas Seidel, staatl. gepr. Betriebswirt
montags, ab 18. Juni,
8.30 - 16.45 Uhr, 5 Tage (40 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum
Gebühr: 210,00 € (inklusive Lernmittel und Prüfungsgebühr)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE5807

Lohn und Gehalt – Theorie

Baustein des Lehrgangs Lohn- und Gehaltsabrechnung

In Zusammenarbeit mit der Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft

Dieser Kurs wendet sich an alle, die sich das Basiswissen, das zur Durchführung von Lohn- und Gehaltsabrechnungen erforderlich ist, erarbeiten wollen.
Anschließend sind Sie in der Lage, eine Lohn- und Gehaltsabrechnung zu erstellen, ohne eine Software einsetzen zu müssen.
Der Kurs vermittelt nicht nur die Grundlagen der Lohn- und Gehaltsabrechnung sondern auch Änderungen und Themen wie:

- Firmenwagenbesteuerung
- Direktversicherung
- Mini-Jobs und Gleitzone
- Pfändungen und Darlehen
- Zuschläge für Sonntags-, Feiertags- und Nachtarbeit

Alle Teilnehmenden benötigen ein Lohn-Lexikon. Der Titel wird im Kurs besprochen.
Dieser Kurs kann mit einer Prüfung, die Bestandteil des Lehrgangs Fachkraft Lohn- und Gehaltsabrechnung (VHS) ist, abgeschlossen werden.

Vorgesehener Prüfungstermin:
Donnerstag, 21. Juni

Teilrückerstattung der Gebühren durch die Koordinationsstelle Frauen und Wirtschaft möglich.

Sylvia Mertens, Steuerfachwirtin, Controllerin
donnerstags, ab 2. Februar,
18.30 - 21.40 Uhr, 17 Abende (68 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 191,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE5808

EDV-Lohn-Gehaltsabrechnung

Bildungsurlaub
Baustein des Lehrganges Fachkraft Lohn- und Gehaltsabrechnung (VHS)

In Zusammenarbeit mit der Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft

Lohn- und Gehaltsabrechnungen werden in der Praxis grundsätzlich mit Hilfe von lizenzierten PC-Anwendungsprogrammen bearbeitet. Der Kurs vermittelt am Beispiel der Software LODAS der DATEV eG folgende Inhalte:

- Einrichtung von Firmen- und Personalstammdaten
- Ermittlung der Bewegungsdaten
- Erstellung der Abrechnungen und Auswertungen

Der Kurs kann mit einer Prüfung, die Bestandteil des Lehrganges „Fachkraft Lohn- und Gehaltsabrechnung (VHS)" ist, abgeschlossen werden.

Vorgesehener Prüfungstermin:
Freitag, 15. Juni
Das Lehrbuch DATEV ist Pflichtlektüre.

Voraussetzungen: Windows-Grundkenntnisse sind von Vorteil, fundierte Kenntnisse in der Lohn- und Gehaltsabrechnung werden vorausgesetzt.



Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft von Stadt und Landkreis Celle
Am Französichen Garten 1
29221 Celle

Tel.: 05141/12473 oder. 12476
Fax: 05141/127631
E-Mail: frauenundwirtschaft@celle.de
Internet: www.celle.de

Beratung nach telefonischer Terminvereinbarung




Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft von Stadt und Landkreis Celle

Die Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft von Stadt und Landkreis Celle ist eine Beratungsstelle zur beruflichen und betrieblichen Förderung von Frauen. Sie arbeitet dabei eng mit den Unternehmen vor Ort, Weiterbildungsträgern, der Agentur für Arbeit und weiteren Akteuren zusammen. Ziel ist es, die Erwerbstätigkeit und Qualifikation von Frauen zu fördern. Die Koordinierungsstelle bietet vertrauliche, kostenfreie Beratung sowie zielgruppengerechte Weiterbildungen an.

Die Koordinierungsstelle berät
- zu Fragen der Vereinbarkeit von Familie und Beruf
- über Möglichkeiten des beruflichen Wiedereinstiegs
- über Fortbildungsangebote für Mütter/Väter während der Elternzeit
- zu Weiterbildungs- und Umschulungsmöglichkeiten
- Ratsuchende bei ihrer individuellen Berufswegplanung und Bewerbungsstrategien
- bei Fragen zur Existenzgründung
- und informiert über die Chancen der Arbeitsvermittlung durch die Koordinierungsstelle.

Kooperationskurse der Volkshochschule Celle mit der Koordinierungsstelle

Hinweis zur Gebührenermäßigung
Frauen und Männer in Elternzeit und Frauen, die zu Kursbeginn keiner sozialversicherungspflichtigen Beschäftigung nachgehen, können bei der Koordinierungsstelle eine Teilrückerstattung der Kursgebühren beantragen. Der Antrag ist spätestens bis Kursende zu stellen.

Kinderbetreuung
Auf Antrag kann während der Kursteilnahme eine finanzielle Unterstützung für eine Kinderbetreuung gewährt werden.

Die Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft von Stadt und Landkreis Celle ist dem Fachdienst Wirtschaftförderung, Immobilien und Stadtmarketing der Stadt Celle zugeordnet und wird aus Mitteln des Europäischen Fonds für regionale Entwicklung, des Landes Niedersachsen, der Stadt Celle, des Landkreises Celle und der Agentur für Arbeit Celle gefördert.




Landkreis **Celle**

Teilrückerstattung der Gebühren durch die Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft möglich. Details siehe Seite

Sylvia Mertens, Steuerfachwirtin, Controllerin
montags - freitags, 11. Juni - 15. Juni, 8.00 - 16.00 Uhr, 5 Tage (40 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum B
Gebühr: 193,00 € (inklusive Lernmittel)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE5809
Arbeitsrecht für die Personalabrechnung
Baustein der Lehrgänge Fachkraft Personalabrechnung (VHS) und Fachkraft Personal und Rechnungswesen (VHS)

In Zusammenarbeit mit der Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft

Themenschwerpunkte:
- Gesetzliche Grundlagen
- Kollektives Arbeitsrecht / Betriebsrat
- Grundzüge Arbeitsvertragsrecht
- Ausgestaltung Arbeitsverhältnisse wie Teilzeit, Befristung
- Geringfügige Beschäftigungen / Geringverdiener
- Gestaltung von Beschäftigungsverhältnissen
- Bestimmungen zu Urlaubsregelungen
- Gesetzliche Vorschriften zum Mutterschutz
- Regelungen des Kündigungsschutzes
- Pfändungen und Lohnabtretungen

Die Pflichtliteratur (Arbeitsgesetze) wird nach Absprache zwischen Dozentin und Teilnehmenden am ersten Abend festgelegt.
Dieser Kurs kann mit einer Prüfung, die Bestandteil der o.g. Lehrgänge ist, abgeschlossen werden.

Vorgesehener Prüfungstermin: Mittwoch, 9. Mai

Teilrückerstattung der Gebühren durch die Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft möglich.

Mareile Sarfels, Volljuristin und Mediatorin
mittwochs, ab 1. Februar, 18.45 - 21.30 Uhr, 11 Termine (34 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 95,00 € (inklusive Lernmittel)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE5812
Die Einkommensteuererklärung 2011

Im Kurs erfahren Sie, wie Sie mit amtlichen Formularen umgehen müssen: „Welche Angabe gehört in welches Formular?“ Zudem wird das „Steuer“-Amtsdeutsch verständlich gemacht.
Der Kurs ersetzt keine individuelle Steuerberatung.

Michaela Block, Steuerberaterin, Diplom-Finanzwirtin

Christian Heidemann, Steuerberater
donnerstags, ab 26. April, 18.30 - 20.00 Uhr, 2 Abende (4 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 3
Gebühr: 11,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE5813
„Elektronische Kassenführung“



Dieser Informationsabend soll Gelegenheit geben, sich über die Neuerungen der elektronischen Kassenführung aus steuerlicher Sicht zu informieren. Im Falle einer Betriebsführung drohen „böse Überraschungen“, insbesonders im Einzelhandel und Gastgewerbe - Seien Sie vorbereitet.

Christian Heidemann, Steuerberater
Dienstag, 28. Februar, 18.30 - 20.45 Uhr (3 UStd.)
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr: 7,00 €

Selbständigkeit

CE5810
Knowhow zur Existenzgründung
Wochenendseminar

In Zusammenarbeit mit „Alt hilft Jung“ - Wirtschaftssenioren Hannover e.V.

Existenzgründung als „Unternehmer/in“ ist ein Schritt, der das Wissen um wichtige Fakten und Zusammenhänge erfordert.
In diesem Seminar werden erfahrene Senioren, ehemalige erfolgreiche Unternehmer und Führungskräfte aus Industrie, Handel und Handwerk folgende Themen behandeln:
- Persönliche und fachliche Anforderungen an Existengründer/innen
- Unternehmensformen, Gründungsformalitäten, Rechtsgrundlagen von Geschäftsvorgängen
- Erarbeitung eines Gründungskonzeptes - Business-Plans
- Neugründung, Betriebsübernahme, Franchise
- Ermittlung des Kapitalbedarfs, Finanzierung und Finanzierungshilfen
- Buchführung, Kostenrechnung und Kalkulation



- Marketing und Werbemittel, Versicherungen

Jochen Lauenstein
Freitag, 2. März, 17.00 - 21.00 Uhr
Samstag, 3. März, 9.00 - 17.00 Uhr
(15 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 2
Gebühr: 46,30 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE5811

Buchhaltung und Steuern -
was Existenzgründer wissen sollten

In Zusammenarbeit mit „Alt hilft Jung" - Wirtschafts-Senioren Hannover e.V.

Aufbauseminar zum Kurs „Knowhow zur Existenzgründung"

Themenschwerpunkte:
- Grundsätze und Organisation der Buchführung
- Buchführungsarten und -pflichten
- Einkommensteuer
- Lesen und Verstehen der BWA (Betriebswirtschaftliche Auswertung)

Jochen Lauenstein
Donnerstag, 8. März,
17.00 - 21.15 Uhr (5 UStd.)
Unterrichtsräume der VHS, Trift 17, Raum 2
Gebühr: 13,80 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

IHK - Lehrgänge

Programmbereichsleitung:
Markus Fink

CE7120

Handelsfachwirt/-in (IHK)
4. Lehrgang

Der Handelsfachwirt verbindet praktische Berufserfahrung und eine systematische Weiterbildung, die sie und ihn zur Erfüllung qualifizierter Fachaufgaben und zur Übernahme von Leitungs- und Führungsaufgaben auf der mittleren Ebene befähigen. Vertieftes, auf den Wirtschaftszweig bezogenes Fachwissen sowie organisatorisch-methodische und insbesondere dispositive Kenntnisse gehören daher zum Rüstzeug des Handelsfachwirts.
Der Lehrgang zur Vorbereitung auf die Prüfung vor der IHK umfasst die Handlungsfelder:
- Unternehmensführung und -steuerung
- Handelsmarketing
- Führung und Personalmanagement
- Volkswirtschaft für die Handelspraxis
- Beschaffung und Logistik
- Mitarbeiterführung und Qualifizierung

Zulassungsvoraussetzungen:
(1) Zur Prüfung ist zuzulassen, wer
1. eine mit Erfolg abgelegte Abschlussprüfung in einem anerkannten dreijährigen kaufmännischen Ausbildungsberuf im Handel und danach eine mindestens einjährige Berufspraxis oder
2. eine mit Erfolg abgelegte Abschlussprüfung zum Verkäufer/zur Verkäuferin oder in einem anderen anerkannten Ausbildungsberuf und danach eine mindestens zweijährige Berufspraxis oder
3. eine mindestens fünfjährige Berufspraxis nachweist.
(2) Die Berufspraxis gemäß Absatz 1 muss in Verkaufstätigkeiten oder anderen kaufmännischen Tätigkeiten im institutionellen oder funktionellen Handel erworben sein.
(3) Abweichend von den in den Absätzen 1 und 2 genannten Voraussetzungen kann zur Prüfung auch zugelassen werden, wer durch Vorlage von Zeugnissen oder auf andere Weise glaubhaft macht, Fertigkeiten, Kenntnisse und Fähigkeiten (berufliche Handlungsfähigkeit) erworben zu haben, die die Zulassung zur Prüfung rechtfertigen.
Der Lehrgang umfasst 560 Unterrichtsstunden. Der Unterricht findet dienstags und donnerstags in der Zeit von 18.15–21.30 Uhr statt.

Ein neuer Lehrgang soll im Mai 2012 starten. Interessenten bitten wir um Vormerkung in der Geschäftsstelle.

Dozententeam
Berufsbildende Schulen III, Bahnhofstr. 9
Gebühr auf Anfrage

CE7123

Geprüfter Controller / Geprüfte Controllerin (IHK)

Geprüfte Controller/innen verfügen über Kenntnisse, Fertigkeiten und Erfahrungen, die sie in der Regel durch eine einschlägige Berufsausbildung, mehrjährige Berufserfahrung und eine systematische Weiterbildung erworben haben. Als Führungs- und Leitungskräfte können sie Instrumente und Techniken des Controlling gezielt zur Steuerung betrieblicher Prozesse einsetzen.
Der Lehrgang zur Vorbereitung auf die Prüfung vor der IHK umfasst die Handlungsfelder:
- Kostenrechnung und Kostenmanagement
- Unternehmensplanung und Budgetierung
- Jahresabschlussanalyse
- Berichtswesen und Informationsmanagement
- Betriebswirtschaftliche Beratung
- Führungsaufgaben und Moderation

Zulassungsvoraussetzungen:
(1) Zur Prüfung ist zuzulassen, wer
1. eine mit Erfolg abgelegte Abschlussprüfung in einem anerkannten dreijährigen kaufmännischen oder verwaltenden Ausbildungsberuf und danach eine mindestens dreijährige Berufspraxis oder
2. ein mit Erfolg abgelegtes wirtschaftswissenschaftliches Studium an einer Hochschule oder einen betriebswirtschaftlichen Abschluss einer staatlichen oder staatlich anerkannten Berufsakademie oder einen Bachelor-Abschluss eines akkreditierten betriebswirtschaftlichen Ausbildungsganges einer Berufsakademie und danach eine mindestens zweijährige Berufspraxis oder
3. eine mit Erfolg abgelegte Abschluss- oder Gesellenprüfung in einem anderen anerkannten Ausbildungsberuf und danach eine mindestens vierjährige Berufspraxis oder
4. eine mindestens sechsjährige Berufspraxis nachweise.
(2) Die Berufspraxis gemäß Absatz 1 muss inhaltlich wesentliche Bezüge zu den in § 1 Abs. 2 genannten Aufgaben haben.
(3) Abweichend von Absatz 1 kann zur Prüfung auch zugelassen werden, wer durch Vorlage von Zeugnissen oder auf andere Weise glaubhaft macht, dass Fertigkeiten, Kenntnisse und Fähigkeiten (berufliche Handlungsfähigkeit) erworben worden sind, die die Zulassung zur Prüfung rechtfertigen.
Der Lehrgang umfasst 600 Unterrichtsstunden. Der Unterricht findet zweimal wöchentlich von 18.30 - 21.30 Uhr statt und dauert ca. 2 Jahre.
Interessenten bitten wir um Vormerkung in der Geschäftsstelle.

Monatliche Gebühren: ca. 80,00 €
Dozententeam

Webinare: die VHS Kurse im virtuellen Klassenzimmer

Die VHS kommt zu Ihnen nach Hause!
Lernen Sie entspannt und zeitsparend von Ihrem PC zu Hause.

Webinar setzt sich zusammen aus den Wörtern *Web* und *Seminar*. Es ist also ein Seminar im Web oder anders ausgedrückt: ein Kurs, der live über das Internet stattfindet. Wenn Sie im Kurs Rückfragen haben oder sich an einer Diskussion beteiligen möchten, sprechen Sie einfach in Ihr Mikrofon. Ansonsten können Sie natürlich auch per Tastatur im Chat eine Rückmeldung abgeben.

Voraussetzungen:
Handelsüblicher PC
(2 GHz Prozessor, 1 GB RAM), DSL und Headset

Windows XP, Vista, Windows 7

Grundlegende EDV Kenntnisse

CE7121

Webinar: Personalfachkaufmann/-kauffrau (IHK)
Live-Online Lehrgang



Der Lehrgang wendet sich an alle Personalsachbearbeiter/innen, die ihr Wissen vertiefen und systematisieren wollen, und an alle Mitarbeitenden der kaufmännischen und öffentlichen Verwaltungen, die im Personalbereich tätig sind oder tätig werden wollen.
Der Vorbereitungslehrgang umfasst folgende Handlungsbereiche:
- Personalarbeit organisieren und durchführen
- Personalarbeit auf Grundlage rechtlicher Bestimmungen durchführen
- Personalplanung, -marketing und -controlling gestalten und umsetzen
- Personal- und Organisationsentwicklung steuern.

Zur Prüfung vor der IHK ist zuzulassen, wer

- eine mit Erfolg abgelegte Abschlussprüfung in einem anerkannten kaufmännischen oder verwaltenden Ausbildungsberuf und danach eine mindestens zweijährige Berufspraxis oder
- eine mit Erfolg abgelegte Abschlussprüfung in einem anderen anerkannten Ausbildungsberuf und danach eine mindestens dreijährige Berufspraxis oder
- eine mindestens fünfjährige Berufspraxis nachweist.

Abweichend kann zur Prüfung auch zugelassen werden, wer durch Vorlage von Zeugnissen oder auf andere Weise glaubhaft macht, dass er/sie Kenntnisse, Fertigkeiten und Erfahrungen erworben hat, die die Zulassung zur Prüfung rechtfertigen.
Bis zum Ablegen der letzten Prüfungsleistung ist der Nachweis der berufs- und arbeitspädagogischen Kenntnisse gemäß der nach dem Berufsbildungsgesetz erlassenen Ausbilder-Eignungsverordnung zu erbringen.
Der Lehrgang umfasst 375 Unterrichtsstunden. Der Unterricht findet montags und donnerstags in der Zeit von 18.30–21.00 Uhr statt.
Die Prüfungsgebühr der IHK ist nicht in der Lehrgangsgebühr enthalten
Interessenten bitten wir um Vormerkung in der Geschäftsstelle.
Prüfungstermin: 14. und 15.10.2013
Monatliche Gebühren: 115,79 €.

Dozententeam
montags und donnerstags, ab 19. März, 18.30 - 21.00 Uhr, 113 Abende (375 UStd.)
Webinar Gebühr: 2200,00 €

EDV / IT


Für die folgenden Lehrgänge siehe auch Bereich EDV

CE5701
PC-Technik und Konfiguration

Konfigurieren und erweitern Sie PCs nach Ihren Anforderungen. Sie können entweder beim Neukauf eines Komplett-PCs dessen Eigenschaften professionell einschätzen oder sich einen PC nach Maß selber zusammenstellen, bauen und aufrüsten.

Themenschwerpunkte:

- Leistungsmerkmale eines PC-Systems, PC-Hardware auswählen, einbauen, konfigurieren und in Betrieb nehmen: Bauformen von PCs (PC-Gehäuse und Netzteile)
- Hauptplatinen und ihre Komponenten / PC-Prozessoren, Speicher und deren Unterscheidungsmerkmale
- Grafikkarten, Einsteckkarten, Bussysteme, Schnittstellen und Anschlusstechniken / Ressourcen (I/O Ports, DMA, Interrupts)
- Festplatten, CD- und DVD-Laufwerke
- BIOS / Bootvorgang, Konfiguration, Aktualisierung

Diese Veranstaltung ist ein Baustein des Lehrgangssystems „PC-Systembetreuer/-in“.

Gute Kenntnisse im Grundlagenbereich (Windows) und in mindestens einem Anwendungsprogramm (entsprechend dem Europäischen ComputerPass Xpert).

Michael Heuer
Beginn auf Anfrage. Lassen Sie sich unverbindlich in unsere Interessentenliste aufnehmen!
(44 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum
Gebühr: 222,00 € (inklusive Lernmittel)

CE5703
PC-Systemsupport

Installieren und administrieren Sie Windows-Betriebssysteme und Anwenderprogramme. Entdecken und beheben Sie Hard- und Softwarefehler.

Themenschwerpunkte:

- Installation, Optimierung und Einrichtung von Betriebssystemen und Anwendungen
- Erkennung, Diagnose und Behebung von Softwareproblemen
- Organisation des Systemsupports
- Datensicherung und Datensicherheit
- PC-Sicherheit (Viren, Trojaner und andere Schädlinge)

Diese Veranstaltung ist ein Baustein des Lehrgangssystems „PC-Systembetreuer/-in“.

Gute Kenntnisse im Grundlagenbereich (Windows) und in mindestens einem Anwendungsprogramm (entsprechend dem Europäischen ComputerPass Xpert) werden vorausgesetzt.

Michael Heuer
Beginn auf Anfrage. Lassen Sie sich unverbindlich in unsere Interessentenliste aufnehmen!
(44 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum
Gebühr: 222,00 € (inklusive Lernmittel)

CE5705
Netzwerk und Internettechnologie

Lernen Sie die Hard- und Softwarekomponenten eines Netzwerkes kennen und erhalten Sie die Fähigkeit, die für das Arbeiten im Netzwerk und im Internet wichtige Software auf der Nutzerseite zu konfigurieren.
Es werden ausführlich und praxisorientiert die entsprechenden Technologien erläutert und es wird anschaulich in alle notwendigen Theorien und Normen eingeführt.

Themenschwerpunkte:

- Netzwerke einrichten und konfigurieren
- Hardware und Einrichtung für lokale Netzwerke und den Internetzugang
- Netzwerke verbinden (Hub, Switch, Router, Gateway)
- TCP/IP (IP-Adressierung, DHCP, Domain Name Service)
- Sicherheit in Netzwerken
- Konfiguration von Internet Anwendungen

Diese Veranstaltung ist ein Baustein des Lehrgangssystems „PC-Systembetreuer/-in“.

Gute Kenntnisse im Grundlagenbereich (Windows) und in mindestens einem Anwendungsprogramm (entsprechend dem Europäischen ComputerPass Xpert) werden vorausgesetzt.

Carsten Holdack, System- und Netzwerkadministrator
Beginn auf Anfrage. Lassen Sie sich unverbindlich in unsere Interessentenliste aufnehmen!
(44 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum
Gebühr: 222,00 € (inklusive Lernmittel)

CE5707
LINUX

Sie lernen die effektive Einrichtung und Benutzung auch auf der Kommandozeile und erhalten einen Einblick in das Konzept und die wichtigsten Befehle eines Linux-Systems. Darüber hinaus erhalten Sie weitergehende Kenntnisse über die Verwaltung, Betreuung und Installation kleinerer und mittlerer Systeme.

Themenschwerpunkte:

- Einführung in die Systemverwaltung unter Linux
- Datei- und Geräteverwaltung
- Setup-Werkzeuge
- Benutzer und Benutzergruppen
- Bootvorgang
- Prozessverwaltung
- Editoren
- Shell-Skripting
- Datensicherung unter Linux

Diese Veranstaltung ist ein Baustein des Lehrgangssystems „PC-Systembetreuer/-in“.

Gute Kenntnisse im Grundlagenbereich (Windows) und in mindestens einem Anwendungsprogramm (entsprechend dem Europäischen ComputerPass Xpert) werden vorausgesetzt.

Carsten Holdack, System- und Netzwerkadministrator
Beginn auf Anfrage. Lassen Sie sich unverbindlich in unsere Interessentenliste aufnehmen!
(52 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum
Gebühr: 246,00 € (inklusive Lernmittel)

CE5709
Windows Server

Windows Server bilden den Kern von fast jedem kleinen oder mittleren Netzwerk. In diesem Lehrgang erwerben Sie Kenntnisse, die Sie in die Lage versetzen, einen Windows Server einzurichten, in Betrieb zu nehmen und zu warten. Damit haben Sie den Grundbaustein für den erfolgreichen Support eine kleinen Netzwerkes.

Themenschwerpunkte:

- Serverversionen und Einsatzgebiete
- Installation, Einrichtung und Administration eines Domänencontrollers
- Active Directory Service
- Einsatz von Richtlinien
- Installation und Konfiguration von Druckern in der Domäne
- Terminaldienste und Fernwartung
- Konfiguration von DNS und DHCP
- Sicherheitsaspekte

Diese Veranstaltung ist ein Baustein des Lehrgangssystems „PC-System-betreuer/-in".

Gute Kenntnisse im Grundlagenbereich (Windows) und in mindestens einem Anwendungsprogramm (entsprechend dem Europäischen ComputerPass Xpert).

Carsten Holdack, System- und Netzwerkadministrator
Beginn auf Anfrage. Lassen Sie sich unverbindlich in unsere Interessentenliste aufnehmen! (44 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum
Gebühr: 222,00 € (inklusive Lernmittel)

12BCE5711
(X)HTML & CSS
Statische Webseiten technisch perfekt umgesetzt
Bildungsurlaub

Entwickeln Sie professionelle Webseiten, die für Suchmaschinen optimiert, barrierefrei und leicht anpassbar sind.

Themenschwerpunkte:
- Planung und Konstruktion einer Webseite
- Webseitengerüste
- Trennung von Inhalt und Layout
- HTML-Varianten bis HTML5
- CSS für barrierefreies Webdesign
- Optimierte Darstellung für alle Browser
- Umsetzung eines Layouts, Workflow
- Professionelle Webseiteneditoren
- Nutzung von Templates in Sites und Editoren
- Suchmaschinenoptimierung

Diese Veranstaltung ist ein Baustein des Lehrgangssystems „CMS Online Designer".

Vorgesehener Prüfungstermin: 1. Dezember

Voraussetzungen: Gute Kenntnisse im Grundlagenbereich (Windows) und in mindestens einem Anwendungsprogramm (entsprechend dem Europäischen ComputerPass Xpert).

Matthias Claußen, Systemanalytiker
montags - freitags,26. November - 30. November, 8.30 - 16.00 Uhr, 5 Tage (40 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum B
Gebühr: 170,00 € (inklusive Lernmittel)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE5712
PHP & MySQL
Dynamische serverseitige Scripttechnik

Techniken dynamischer Webseitengenerierung am Beispiel der Standards Apache (Webserver), MySQL (Datenbank) und PHP (serverseitige Scriptsprache).

Themenschwerpunkte:
- LAMP und WAMP als Server
- Serverkonfiguration für Entwicklungs- und Hosting-Umgebung
- PHP-Programmierung (Syntax, Beispiele)
- Objektorientierte Programmierung
- Formulare , Cookies, Sessions
- Datenbank MySQL (Client / Server)
- Datenbankentwurf (Normalformen)
- Praxisbeispiele PHP & MySQL (Gästebuch, einfaches CMS)
- Sicherheit, Backuptechnik, Datenbank
- Backup von dynamischen Webprojekten

Diese Veranstaltung ist ein Baustein des Lehrgangssystems „CMS Online Designer".

Vorgesehener Prüfungstermin: 26. April

Voraussetzungen: Gute Kenntnisse im Grundlagenbereich (Windows) und in mindestens einem Anwendungsprogramm (entsprechend dem Europäischen ComputerPass Xpert).

Carsten Holdack, System- und Netzwerkadministrator
donnerstags, ab 2. Februar, 18.30 - 21.40 Uhr, 10 Abende (40 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum
Gebühr: 170,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

CE5713
Joomla!
Open Source Content Management System

Internetauftritt problemlos erstellen und kostengünstig hosten.

Themenschwerpunkte:
- Installation und Webserver Umgebung
- Frontend, Sprachen, Templates
- Joomla-Backend (Kontrollzentrum, Benutzerverwaltung, ...)
- Templates anpassen
- Anbindung von LDAP, OpenID
- Integration von AJAX-Features (MooTools)

Diese Veranstaltung ist Baustein des Lehrgangssystems „CMS Online Designer".

Vorgesehener Prüfungstermin: 14. Mai

Voraussetzungen: Gute Kenntnisse im Grundlagenbereich (Windows) und in mindestens einem Anwendungsprogramm (entsprechend dem Europäischen ComputerPass Xpert).

Kersten Franz, staatl. gepr. Techniker für Elektrotechnik
montags, ab 6. Februar, 18.30 - 21.40 Uhr, 10 Abende (40 UStd.)
VHS, Trift 20, EDV-Raum B
Gebühr: 170,00 €

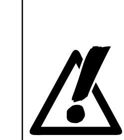
Schriftliche Anmeldung erforderlich

Sprachen

Programmbereichsleitung:
Karlheinz Rehling

CE7520
Fremdsprachen-korrespondent/-in (ENGLISCH)
14. Lehrgang

Dieser Vorbereitungslehrgang auf die Abschlussprüfung vor der IHK, richtet sich an alle Berufstätigen und Interessenten, die ihre Fremdsprachen- und kaufmännischen Kenntnisse zu besseren oder neuen Berufsmöglichkeiten nutzen wollen.
Zur Prüfung wird zugelassen, wer eine mit Erfolg abgelegte Abschlussprüfung in einem anerkannten kaufmännischen, verwaltenden oder dienstleistenden Ausbildungsberuf sowie fremdsprachliche Kenntnisse und Fertigkeiten nachweist oder wer nachweist, dass er hinreichende fremdsprachliche und kaufmännische Kenntnisse und schreibtechnische Fertigkeiten erworben hat. Dieser Nachweis erfolgt in der Regel durch eine Teilnahmebestätigung über entsprechende Qualifizierungsmaßnahmen oder eine vergleichbare öffentlich-rechtliche Prüfung.
Unterrichtet wird jede Woche montags und alle zwei Wochen mittwochs, 18.30 – 21.00 Uhr, außerdem an jedem 3. Sonnabendvormittag mit 5 Unterrichtsstunden.
Der Umfang des Lehrgangs wird ca. 250 Unterrichtsstunden umfassen. Ein Informaitonsblatt ist in der Geschäftsstelle erhältlich.
Ein 14. Lehrgang kann beginnen, sobald sich eine ausreichende Anzahl an Teilnehmern gemeldet hat. Interessenten werden gebeten, sich in der Geschäftsstelle der VHS vormerken zu lassen. Zu einem Informationsabend wird schriftlich eingeladen. Weitere Informationen unter Tel. 05141 / 92 98-0.
Monatliche Gebühren: ca. 75,00 €.



Hinweis: Wirtschaftsenglisch und -französisch siehe auch Bereich Sprachen

vhsConcept

Programmbereichsleitung:
Tessa Twele

... ist ein Verbund von 60 Volkshochschulen. Gemeinsam werden nach festgelegten Qualitätsstandards landesweit Weiterbildungsprogramme und Lehrgänge zur Qualifizierung und Fortbildung in den Bereichen Gesundheit, Bildung und Soziales entwickelt und angeboten.

Sehr gern informieren wir Sie - neben unseren aktuellen vhsConcept-Angeboten - über weitere vhsConcept-Lehrgänge.
Tessa Twele, Tel.: 0 51 41 / 92 98-21

Die Volkshochschule Celle bietet vhsConcept Lehrgänge berufsbegleitend an.

Die Volkshochschule Celle nimmt für alle angebotenen vhsConcept Lehrgänge Vormerkungen auf. Eine ausreichende Nachfrage erleichtert den konkreten Planungsablauf und macht einen schnellen Start möglich.

Vor Lehrgangsbeginn werden die Interessenten/innen zu einer Informationsveranstaltung eingeladen.

CE7620

vhsConcept: Mediation

Mediation ist ein klar strukturiertes Konfliktlösungsverfahren. Mediatoren und Mediatorinnen unterstützen als allparteiliche Dritte Konfliktparteien beim Prozess der Verständigung.
Mediation kann überall da sinnvoll eingesetzt werden, wo Streitigkeiten entstanden sind. Dazu gehören nicht nur Beziehungskonflikte im engeren Sinne, sondern auch Konflikte in Wirtschaft und Verwaltung, Berufs- und Arbeitswelt, Nachbarschaft und Familie, Jugendarbeit und Schule sowie im Bereich der Umwelt.
Ziel dieser berufsbegleitenden Fortbildung ist es, Teilnehmende darin zu qualifizieren, Mediation und gewaltfreie Kommunikation im eigenen Praxis- bzw. Arbeitsfeld einzusetzen.
Die Fortbildung umfasst ca. 300 Unterrichtsstunden. Die Veranstaltungen werden an Wochenenden und als Wochenseminar (Bildungsurlaub) durchgeführt.
Zum Abschluss erfolgt eine Prüfung, deren Bestehen mit einem Zertifikat von vhsConcept/Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsens e.V. bescheinigt wird.
Ein neuer Lehrgang beginnt im März 2012.
Interessenten/innen können sich für den Lehrgang „Mediation" in der Geschäftsstelle der VHS vormerken lassen; sie werden rechtzeitig zu einer Informationsveranstaltung eingeladen.

Dozententeam (Mediatoren BM und Ausbilder für Mediation BM)

CE7621

vhsConcept: Fachkraft Psychomotorik

Psychomotorik bietet Kindern Raum für Bewegungs- und Wahrnehmungserfahrungen. Gefördert werden Schutzfaktoren wie Selbstvertrauen, körperliche Entwicklung, Sprache und Kommunikation, Konflikt- und Erlebnisfähigkeit. Die Stärken der Kinder stehen dabei im Mittelpunkt der weiteren Entwicklungsförderung.

In dieser berufsbegleitenden Qualifizierung erhalten Mitarbeiter/-innen aus pädagogischen, sozialpädagogischen oder therapeutischen Bereichen eine ergänzende fachliche Qualifikation im Bereich Psychomotorik.
Die Qualifizierung stützt sich dabei auf ein systemisches Verständnis von Entwicklung und Psychomotorik.
Ziel ist die Integration von Psychomotorik als eigenständige Methode in den Alltag der Kinder. Neben der theoretischen Vermittlung steht daher die praktische Auseinandersetzung von Bewegung und Wahrnehmung sowohl mit der eigenen Person als auch später mit Kindern im Mittelpunkt.
Bausteine:

- Grundlagen der Psychomotorik
- Grundlagen von Entwicklung, Motorik, Sensorik und Lernen
- Grundlagen der Diagnostik
- Kooperation und Zusammenarbeit
- Praktikum/Reflexion

Die Qualifizierung umfasst 166 Unterrichtsstunden, dazu kommt ein 16-stündiges Praktikum, in dem die Teilnehmenden ihre erworbenen Fähigkeiten umsetzen und erproben.
Sie schließt mit einer Prüfung von vhsConcept/Landesverband der Volkshochschulen ab. Jeder Teilnehmende erhält nach erfolgreicher Teilnahme ein Zertifikat von vhsConcept/Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsens e.V.
Interessenten/innen können sich für diese Qualifizierung in der Geschäftsstelle der VHS vormerken lassen. Bei einer genügend großen Nachfrage richtet die Volkshochschule diesen Lehrgang ein.

Beginn auf Anfrage

CE7622

vhsConcept: Integrative Erziehung und Bildung im Kindergarten

Einrichtungen für die gemeinsame Erziehung und Bildung behinderter und nicht behinderter Kinder müssen u.a. nachweisen, dass sie über entsprechend qualifiziertes Personal verfügen. Neben sozialpädagogischen oder heilpädagogischen Fachkräften können auch Mitarbeiter/-innen eingesetzt werden, die diese berufsbegleitende Fortbildung, die vom Niedersächsischen Kultusministerium anerkannt ist, absolviert haben.

Inhalte:

- Entwicklung integrativer Erziehung (Teil 1) und gesetzlicher Grundlagen in Niedersachsen (Teil 2)
- Integration im Kontext gesellschaftliche Entwicklung
- Entwicklung und Lernen des Kindes bis zum Schulalter
- Beeinträchtigung kindlicher Entwicklung: Erscheinungsformen, Ätiologie, Diagnose und ihre Bedeutung für Pädagogik und Therapie
- Pädagogisch-didaktische Ansätze im Kindergarten im Kontext integrativer Arbeit
- Beobachtung - von einem zufälligen Beobachten zu einem systematischen (strukturierten) Beobachten und Dokumentieren im Kindergarten
- Theorie und Praxis projektorienteirter Planung
- Wahrnehmung - Bewegung - Kommunikation (Doppelbaustein)
- Integrativ pädagogisches Arbeiten mit Kindern mit „schweren Behinderungen"
- Praxis im Sonderkindergarten
- Theorie und Praxis projektorientierter Planung
- Diagnostik und Therapie bei Kindern mit Behinderung (insbesondere aus physiotherapeutischer und ergotherapeutischer Sicht)
- Der Kindergarten als Erfahrungsraum
- Zusammenarbeit mit Eltern, Familien und Institutionen

Der Lehrgang umfasst 260 Unterrichtsstunden; er ist in 15 Themenbausteine untergliedert, die jeweils in Form von Wochenendveranstaltungen bzw. Wochenseminaren (Bildungsurlaub) stattfinden.
Der Lehrgang schließt mit einer Prüfung ab. Jeder Teilnehmende erhält nach erfolgreicher Teilnahme am Lehrgang ein Zertifikat von vhsConcept/Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsens e.V.
Ein neuer Lehrgang ist für Frühjahr 2012 geplant.
Interessenten/innen sollten sich daher möglichst bald in eine Vormerkliste eintragen lassen; sie werden dann zu einer Informationsveranstaltung eingeladen.



Projekt „Kulturelle KLICKS": „Kinder - versunken"
Foto: Petra Kruska

CE7623

vhsConcept: Fachkraft Kleinstkindpädagogik

Der Ausbau der Kinderbetreuung ist ein erklärtes Ziel der Bundesregierung. Neben der Notwendigkeit, mehr Krippenplätze einzurichten und die Infrastruktur zu verbessern, ist die frühkindliche Bildung in den Fokus gerückt.
Ergebnisse der entwicklungspsychologischen, neurowissenschaftlichen und erziehungswissenschaftlichen Forschung haben dazu geführt, die kindliche Entwicklung in den ersten Lebensjahren neu zu bewerten. Hinzu kommt die Erkenntnis, dass Kinder, die unter schwierigen Lebensbedingungen aufwachsen, unter einer Beeinträchtigung von Bildungschancen leiden. In der Gestaltung früher Lern- und Lebenswelten

spielt neben der Familie folglich die Kindertageseinrichtung eine zentrale Rolle. Eltern wünschen sich die qualitativ beste Betreuung für ihr Kind. Um diesen Anspruch gerecht zu werden, vermittelt der Lehrgang den Teilnehmenden eine dem aktuellen Lern- und Wissensstand angemessene Reihe praxisbezogener Inhalte.
Zielgruppe

- Pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen
- Erzieher/-innen
- Spielkreisleiter/-innen
- Kinderpfleger/-innen
- Sozialassistent/-innen
- Pädagogische Mitarbeiter/-innen.

Auch für Berufsrückkehrer/innen mit entsprechender Eingangsqualifikation kann die Weiterbildung von Interesse sein.

Inhalte:

- Rolle und Selbstverständnis der Mitarbeiter/-innen
- Entwicklungspsychologie der ersten Lebensjahre
- Gestaltung inklusiver frühkindlicher Lernprozesse
- Kommunikation
- Körper- und Gesundheitspflege akute Notfälle bei Kleinstkindern
- Beobachtung und Dokumentation
- Individuelle Entwicklungsgespräche
- Erziehungspartnerschaft mit Eltern
- Bildung und pädagogische Ansätze in der Kindertageseinrichtung
- Rahmenbedingungen und pädagogischer Ablauf
- Reflexion des individuellen Lernprozesses und Transfer

Die Qualifizierung zur Fachkraft Kleinstkindpädagogik umfasst 170 Unterrichtsstunden. Sie wird berufsbegleitend angeboten und schließt mit einer Prüfung ab. Jeder Teilnehmende erhält nach erfolgreicher Teilnahme ein Zertifikat von vhsConcept/Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsens e.V.
Interessenten/innen können sich für diese Qualifizierung in der Geschäftsstelle der Volkshochschule Celle vormerken lassen. Bei einer genügend großen Nachfrage richtet die VHS diesen Lehrgang ein.
Beginn auf Anfrage

CE7625
vhsConcept: Systemische/-r Familienberater/-in (VHS)

Dieser Lehrgang bietet Personen, die in sozialen Arbeitsfeldern mit Familien bzw. Teilfamilien arbeiten, die Möglichkeit, ihre Handlungskompetenzen zu erweitern. Sie werden im Lehrgang eine neue - systemische - Sichtweise erarbeiten und diese in ihre bisherige Tätigkeit integrieren.
In diesem berufsbegleitenden Lehrgang werden eigene Erfahrungen eingebracht und ein Transfer der Lehrgangsinhalte in den eigenen Arbeitszusammenhang wird ermöglicht.
Zielgruppe:

- Personen in pädagogischen, sozialen und beratenden Arbeitsfeldern, z.B.: Mitarbeiter/-innen in Einrichtungen der Familien- und Paarberatung, Adoptionsvermittlung u.a.
- Beratungslehrkräfte in Schulen
- Psychologinnen und Psychologen
- Erzieherinnen und Erzieher
- Sozialpädagoginnen und Sozialpädagogen

Inhalte:

- Soziales Wirken und Systemisches Modell
- Kommunikation mit Familien
- Krisengespräche mit (Teil-)Familien
- Suchtstrukturen in Familien
- Selfcare der Familienberater/-innen

Der Lehrgang umfasst 168 Unterrichtsstunden.
Er schließt mit einer Prüfung ab. Jede/-r Teilnehmer/-in erhält nach erfolgreicher Teilnahme ein Zertifikat von vhsConcept/ Landesverband der Volkshochschulen Niedersachsens e.V.
Der Lehrgang beginnt an dem Wochenende 23./24. März und endet im Dezember 2012.
Interessenten/innen für einen neuen Lehrgang können sich in der Geschäftsstelle der VHS Celle vormerken lassen; sie werden rechtzeitig zu einer Informationsveranstaltung eingeladen.

CE7720
NLP-Practitioner

N L P, das neurolinguistische Programmieren, ist in den 70er Jahren von dem Mathematiker und Psychologen Richard Bandler und dem Linguisten John Grinder entwickelt worden.
Das NLP bietet Methoden an, um Kommunikations-, Verhaltens- und Denkmuster zu verändern und zu optimieren.
Sie lernen grundlegende Inhalte, Techniken und Methoden des Neurolinguistischen Programmierens kennen.
In Übungen erfahren Sie, was NLP bewirkt und wie Sie es in Ihrem beruflichen und privaten Alltag nutzen können.
Während der Qualifizierung erweitern Sie Ihre Kommunikationsfähigkeit und Ihr Verhaltensrepertoire.
Es wird Ihnen leichter fallen, Konflikte zu lösen und Ziele schneller zu erreichen.
Die Qualifizierung umfasst folgende Bausteine:

- Schulung der Wahrnehmung, Kommunikation und Beziehung
- Kommunikation und Sprache des Unbewussten
- Mentaltraining und Motivation
- Zielmanagement, Strategien und Teamentwicklung
- Veränderung durch Reframing
- Time - Line und Testing

Die Qualifizierung findet berufsbegleitend statt und umfasst 84 Unterrichtsstunden.
Die VHS plant, noch vor den nds. Sommerferein mit der Qualifizierung NLP-Practitioner zu beginnen.
Interessenten/-innen sollten sich daher möglichst bald in der Geschäfsstelle der VHS vormerken lassen. Sie erhalten dann die Einladung zu der Informationsveranstaltung.

HINWEIS: Am Samstag, 3. März, können Sie in dem Seminar „NLP–eine Einführung“ (siehe Bereich Pädagogik/ Psychologie,) einen ersten Einblick in die Inhalte, Techniken und Methoden des Neurolinguistischen Programmierens erhalten.

Brita Floegel, Kommunikationstrainerin, zertif. NLP Lehrtrainerin und Lehrcoach für den DVNLP

Interessenten/-innen können sich für diesen Lehrgang in der Geschäftsstelle der VHS vormerken lassen; sie werden rechtzeitig zu einer Informationsveranstaltung eingeladen.



Collegium Cellense Special - Familiennachmittag - Sonntag, 04.03.2012, 16:00 Uhr in der CD-Kaserne

Special-Chemie-Vorlesung
Dr. rer. nat.
Andreas Korn-Müller
(Science Comedy)
Dr. Andreas Korn-Müller alias „Magic Andy“ macht gern Quatsch und liebt die Chemie. Bei seiner Chemie-Show „Das verrückte Chemie-Labor“ wird er seine tollsten Tricks verraten! „Magic Andy“ wird mit Hilfe einfacher Chemikalien viele spannende Experimente präsentieren: geisterhafte Handschuhblumen, Geheimtinten, künstliches Blut, Tintenkiller-Effekt, Eisberge im Wohnzimmer, leuchtendes Waschpulver und Feuer spucken für Kinder – alles mit vielen Mitmach-Experimenten.
Mit seinen fulminanten Wissenschaftsshows tourt der mehrfach ausgezeichnete Preisträger Dr. Andreas Korn-Müller als „Magic Andy“ durch Deutschland und Europa und hatte bisher auch Show-Auftritte in Bangkok und Abu Dhabi.
Bei dieser Kinderakademieshow sind große und kleine Wissenschaftler willkommen.



Die Teilnahme an den Vorlesungen der Kinderakademie Collegium Cellense
– z.B. der Erwerb eines Akademie-Ausweises für alle Vorlesungen eines Semesters - kann über das **Bildungspaket/kulturelle Teilhabe** gefördert werden!
Anträge können beim Landkreis Celle, Sozialamt gestellt werden – Telefonische Auskunft: 05141-916-4080
Das Bildungspaket richtet sich an Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene, die in einkommensschwachen Familien leben. Das sind zunächst Leistungsberechtigte mit ihren Kindern, die Grundsicherung für Arbeitssuchende nach dem SGB II, Hilfe zum Lebensunterhalt nach dem SGB XII, Leistungen in besonderen Fällen nach § 2 AsylbLG, Kinderzuschlag nach § 6 a BKGG oder Wohngeld beziehen.

Collegium Cellense auf Tour
Die Kinderakademie besucht im neuen Semester zwei Celler Grundschulen. Im Februar touren die Professoren in der Grundschule Altencelle und in der Sprachheilschule in Klein Hehlen mit jeweils einer Vorlesung für die 3.+ 4.Klasse.
Mehr davon im VHS-Programmbereich Junge VHS – Collegium Cellense/die Kinderakademie
Kontakt zu
„Collegium Cellense auf Tour“
Tessa Twele, Tel: 05141-9298-21



Die Volkshochschule Celle ist Ihr verlässlicher Partner für berufliche Bildung mit jahrzehntelanger Erfahrung in der Stadt und im Landkreis Celle. Profitieren Sie von dieser Erfahrung mit

Bildung auf Bestellung

vielseitig

kompetent

beweglich

Qualifizierung vor Ort zu fair kalkulierten Preisen!

Eine kleine Auswahl unserer Angebote:

Rhetorik und Verkaufsgespräche
(von Praktikern für Praktiker und Coaching inklusive)

Ein Bild sagt mehr als tausend Worte
(Präsentieren mit Powerpoint - professionell)

Practice makes perfect oder der kleine Türkisch-Crashkurs
(Sprachen für den internationalen Markt)

Layout und Design am PC
(mit MS-Publisher Printmedien gestalten)

oder auch:

Von Kopf bis Fuß - präventive, betriebliche Gesundheitsförderung
(auch am Arbeitsplatz)

Neue Rezepte für Ihr Team
(gemeinsam aktiv werden – Schlemmen inklusive)

Gerne nennen wir Ihnen Referenzen.

Wünschen Sie ein Beratungsgespräch?

Wir freuen uns auf Ihr Anliegen!

Ihr Ansprechpartner:

Markus Fink
Programmbereichsleiter
Berufliche Bildung, Firmenkurse
Telefon: 0 51 41 / 92 98 23
E-Mail: m.fink@vhs-celle.de

Außenstellen

Volkshochschule Bergen
Außenstelle der VHS Celle



Leitung:
Ina Dittmann
Postweg 24, 29303 Bergen

Telefon: (0 50 51) 31 94
Fax: (0 50 51) 45 75
E-Mail: InaDittmann@gmx.de

Konto:
Sparkasse Celle (BLZ 257 500 01)
Kontonummer 051 121 473

Unterrichtsort:
Gastgeberin für viele Kurse ist seit dem Semester II/2006 die Anne-Frank-Schule, Amtland 28, 29303 Bergen.

Anmeldung:
ab Freitag, 13. Januar,
jeweils von 16.00–18.00 Uhr.

Anmeldungen sind auch nach dem 30. Januar entweder telefonisch oder per Fax oder E-Mail noch möglich.
Für alle Kurse ist eine rechtzeitige Anmeldung erforderlich. Diese werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt. Persönliche, telefonische oder schriftliche Anmeldungen sind verbindlich und verpflichten zur Zahlung der Kursgebühr. Die Zahlung der Kursgebühr erfolgt bargeldlos nach dem ersten Kursabend durch Überweisung auf das o.g. Konto. Formulare für die Überweisung der Kursgebühr erhalten Sie am ersten Kursabend vom Dozenten. Die Gebühren für Kurse mit dem Vermerk „Begrenzte Teilnehmerzahl" müssen vorher überwiesen werden!

Grundsätzlich gelten die Bedingungen der VHS Celle, siehe Programm: Seite 2.

Warten Sie nicht auf eine Benachrichtigung, wenn Sie sich zu einem Kurs angemeldet haben. Nur wenn ein Kurs abgesagt werden muss, erhalten Sie eine Nachricht.

Junge VHS

BE0901
Englisch - entspannt in die Prüfung



In diesem Kurs wird gezielt auf die Anforderungen in der Abschlussprüfung (Haupt- und Realschule) hingearbeitet. Die Grammatik, inklusive der Zeiten, wird solange geübt, bis jeder Einzelne sie versteht und mit Leichtigkeit anwendet. Die Teilnehmenden, die sich mit Sprache schwer tun, erlernen eine Schritt für Schritt Methode, die zu richtigen Ergebnissen führt. Außerdem üben wir Lese- und Hörverständnisübungen sowie Entspannungstechniken. Mit Hilfe von systematischen Tipps wird vermittelt, wie die Aufgabenstellungen im vorgegebenen Zeitraum zu bewältigen sind.

Bitte mitbringen: Schreibunterlagen

Ute Fritsch, Coach
dienstags, ab 7. Februar,
17.00 - 18.30 Uhr, 10 Termine (20 UStd.)
Anne-Frank-Schule, Amtland 28
Gebühr: 50,00 €

BE0902
Deutsch - entspannt in die Prüfung



In diesem Kurs wird gezielt auf die Anforderungen in der Abschlussprüfung (Haupt- und Realschule) hingearbeitet. Neben dem zügigen Bearbeiten von Texten erstellen wir Inhaltsangaben, Interpretationen und Erörterungen. Mit Hilfe von systematischen Tipps wird vermittelt, wie die Aufgabenstellungen im vorgegebenen Zeitraum zu bewältigen sind.

Bitte mitbringen: Schreibunterlagen

Ute Fritsch, Coach
dienstags, ab 7. Februar,
20.00 - 21.30 Uhr, 10 Abende (20 UStd.)
Anne-Frank-Schule, Amtland 28
Gebühr: 50,00 €

Kommunikation

BE1901
Basiswissen gewaltfreie Kommunikation (nach M.B. Rosenberg)
„Erreichen, was ich wirklich will"

Die gewaltfreie oder einfühlsame Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg eröffnet neue Möglichkeiten einer Beziehung und Verbindung, mit sich selbst oder mit anderen. Mit Kindern, mit Erwachsenen, in der Familie, in Freundschaften und im Beruf auf eine Art und Weise sprechen und hören, die geeignet ist, das zu erreichen, was Sie wirklich wollen. In diesem Seminar machen Sie sich mit den Basiselementen der GFK vertraut:

- Gewaltfreie, einfühlsame Kommunikation - Was kann die GFK bewirken?
- Vier Schritte um sich zu verbinden
- Beobachten - die Welt mit allen Sinnen aufnehmen
- Gefühle und Bedürfnisse - Was bewegt Sie, wie bringen Sie etwas in Bewegung?
- Bitten - Handlungen und Strategien entwickeln
- Einfühlung (Empathie) für sich selbst und für andere

Die zusätzlich von mir angebotenen Lern- und Übungsgruppen bauen auf diesem Basis-Seminar auf und bringen Sie mit anderen Menschen in Kontakt, die ebenfalls GFK als hilfreiche Sprache entdecken wollen oder schon entdeckt haben.
Literaturempfehlung: „Gewaltfreie Kommunikation" - Marshall B. Rosenberg, Junfermann Verlag

Christian Kapretz, Mediator, systemischer Berater, Heilpraktiker
Freitag, 3. Februar, 18.00 - 21.00 Uhr
Samstag, 4. Februar, 10.00 - 18.00 Uhr
(13 UStd.)
Bergen-Wohlde, Seminarraum,
Hünenburger Weg 3
Gebühr: 34,50 €

Foto/Film/Video

BE2301
Fotografieren in die Fotografietechnik

In diesem Kurs soll die praktische Arbeit mit der Digitalkamera trainiert werden nach dem Motto „Weg vom Knipsen".
Die Gestaltung eines Fotos steht im Vordergrund auch im Hinblick auf spätere Bildbearbeitung mit dem PC. Sie bekommen auch Hinweise auf kostenlose Bildbearbeitungsprogramme.
Kursinhalte sind u. a.:

- Welchen Einfluss haben verschiedene Blenden und Belichtungszeiten auf das Bild?
- Was bewirken verschiedene Brennweiten?

- Was bedeutet ISO, Cropfaktor, Rauschen?
- Was sollte man beim Fotografieren vermeiden?

Peter Blees
donnerstags, ab 12. April, 19.00 - 21.15 Uhr, 4 Abende (12 UStd.)
Anne-Frank-Schule, Amtland 28
Gebühr: 36,00 €



Projekt „Kulturelle KLICKS“: „Passende Kontraste“ Foto: Konstanze Zenker

BE2302

Fotografieren
für Fortgeschrittene

In diesem Kurs werden den Teilnehmenden die Grundlagen der Bildgestaltung nahe gebracht, sowohl theoretisch als auch praktisch mit Fotobeispielen aus dem eigenem Archiv. Auf einem Spaziergang in Bergen vertiefen Praxisbeispiele Ihr Know-how. Auf Wunsch werden auch gemeinsam Motivkriterien festgelegt. Gleichzeitig vermittelt der Dozent verschiedene Motivtipps, Hintergrundwissen und leistet bei Bedarf technische Hilfestellung. Danach folgt die Besprechung und Auswertung der Aufnahmen mit Hinweisen zu Gestaltung und Technik.

(technische Kenntnisse werden vorausgesetzt)

Peter Blees
mittwochs, ab 2. Mai, 19.00 - 21.15 Uhr, 4 Abende (12 UStd.)
Anne-Frank-Schule, Amtland 28
Gebühr: 36,00 €

Kreatives

BE2401

Malen und Zeichnen

Schwerpunkt ist das Aquarellieren. Wer auch Spaß am Zeichnen hat, wird in den unterschiedlichen Techniken (Rötel, Graphit, Kohle usw.) gefördert. Einige Materialien stehen für den Anfang zur Verfügung. Neuanschaffungen werden im Kurs besprochen.

Vorhandene Mal- und Zeichenutensilien bitte mitbringen.

Roswitha Stapel, Malerin
dienstags, ab 13. März, 17.00 - 19.15 Uhr, 6 Abende (18 UStd.)
Anne-Frank-Schule, Amtland 28
Gebühr: 49,50 €

Sprachen

BE3101

Englisch lernen - leicht gemacht
Refresher Course

Die englische Grammatik sowie die Zeiten werden wiederholt bzw. erlernt und an Hand von speziellen Übungen angewandt und geübt. Ziel ist es, die Grammatik praktisch richtig einzusetzen und so mehr Sicherheit im täglichen Gebrauch, mündlich wie auch schriftlich, zu erlangen. Teilnehmende, die Schwierigkeiten haben eigene Texte zu verfassen, werden erstaunt sein, welche Fähigkeiten in ihnen schlummern.

Kurs für Teilnehmende mit geringeren Vorkenntnissen.

Bitte mitbringen: Schreibunterlagen

Ute Fritsch, Coach
dienstags, ab 7. Februar, 18.30 - 20.00 Uhr, 10 Abende (20 UStd.)
Anne-Frank-Schule, Amtland 28
Gebühr: 50,00 €

BE3201

Spanisch lernen für den Urlaub und Tapas genießen



Wer Lust hat, die spanische Sprache kennen zu lernen und sich für den nächsten Urlaub sprachlich vorbereiten möchte, ist hier richtig. Am letzten Unterrichtstag werden wir „Tapas“ zusammen kochen, um auch eine kleine Vorstellung von der spanischen Küche zu bekommen.

Lehrbuch: Kauderwelsch Spanisch Wort für Wort, ISBN 978-3-89416-480-5, Preis 7,90

Bitte mitbringen: das o.a. Taschenbuch

Kurs für Teilnehmende ohne oder mit geringeren Vorkenntnissen.

Monica Buchheim
freitags, ab 24. Februar, 18.00 - 20.15 Uhr, (der letzte Abend Abschlusskochen (Tapas), 18.00-21.00), 4 Abende (13 UStd.)
Anne-Frank-Schule, Amtland 28
Gebühr: 32,50 € (+ ca. 5,- Euro Lebensmittelkosten, die direkt mit der Dozentin abgerechnet werden.)

BE3401

Umgang mit der französischen Sprache

Freies Sprechen, Lektüre und Wiederholung.

Lehrbuch: Voyages en France 3, Klett-Verlag, ISBN 3-12-52 9280

Ursula Cornils, Fremdsprachenkorrespondentin
dienstags, ab 7. Februar, 19.00 - 20.30 Uhr, 10 Abende (20 UStd.)
Anne-Frank-Schule, Amtland 28
Gebühr: 50,00 €

Gesundheit

BE4301

Sanftes Hatha-Yoga
Entspannungs- und Atemübungen

Entspannungsübungen bieten die Möglichkeit, Verspannungen im Körper zu lösen. Blockaden werden mit Hilfe von sanften Dehnübungen bewusst gemacht und so zusammen mit dem Atem leichter aufgelöst.
Auf diesem Wege gelangen wir zu mehr Energie aber auch zu mehr Gelassenheit, die in den Alltag eingebracht werden kann.

Bitte mitbringen: rutschfeste Unterlage, Wolldecke, bequeme Kleidung und warme Socken.

Anne Marie Nolte, Yogalehrerin
dienstags, ab 7. Februar, 19.45 - 21.15 Uhr, 12 Abende (24 UStd.)
Anne-Frank-Schule, Amtland 28
Gebühr: 60,00 €

BE4303

Die Feldenkrais-Methode®
Leben ohne Schulter-/Nacken- und Rückenschmerzen

Ist das möglich? Wie kann die Last auf den Schultern leichter getragen werden? Wie wird der Rücken entlastet, so dass es wieder möglich ist, aufrecht zu gehen? Wie können die Füße und Beine den Körper ohne Schmerzen tragen? Sich lebendig fühlen heißt „IN BEWEGUNG SEIN“.

Die Feldenkrais-Methode® kann:
- Schmerzen, Bewegungs- und Funktionseinschränkungen lindern
- Altes, Festgefahrenes in Gang bringen, neu entwickeln, lösen
- Helfen, sich leichter, eleganter ganz ohne Anstrengung zu bewegen
- Mehr zu sich selbst finden, sich besser spüren und entspannen
- Körper und Geist in neuen Schwung versetzen
- Die Konzentration beim Lernen und Arbeiten verbessern

Bitte mitbringen: bequeme und warme Kleidung, eine warme Unterlage (Matte oder Decke), ein großes Badetuch, das bei Bedarf zu einem Kissen oder zu einer Rolle gefaltet werden kann.

Anne Kapretz, lizensierte Fedenkrais-Lehrerin, Gesundheitspädagogin, HP
montags, ab 27. Februar, 19.30 - 21.45 Uhr, 2 Abende (6 UStd.)
Bergen-Wohlde, Seminarraum, Hünenburger Weg 3
Gebühr: 17,00 €

Bei **schriftlichen Anmeldungen** können Sie eine kursbezogene **Einzugsermächtigung** erteilen
➔ auch in den Außenstellen

Gymnastik und mehr

BE4501
Wirbelsäulengymnastik

Durch mangelnde und einseitige Bewegung leiden viele an Verspannungen im Nacken, an Kopf- und Rückenschmerzen.
Wir wollen durch die Wirbelsäulengymnastik die Rumpfmuskulatur kräftigen und stabilisieren, die Beweglichkeit der Gelenke fördern und somit eine rückengerechte Bewegung erlernen.

Bitte mitbringen: Sportzeug und Gymnastikmatte.

Heinke Broders-Schrade, Sportlehrerin
montags, ab 6. Februar,
17.00 - 18.00 Uhr, 15 Abende (20 UStd.)
Anne-Frank-Schule, Amtland 28
Gebühr: 50,00 €

BE4502
Wirbelsäulengymnastik

Kursinhalt s. o.

Bitte mitbringen: Sportzeug und Gymnastikmatte.

Heinke Broders-Schrade, Sportlehrerin
montags, ab 6. Februar,
18.00 - 19.00 Uhr, 15 Abende (20 UStd.)
Anne-Frank-Schule, Amtland 28
Gebühr: 50,00 €

BE4503
Wirbelsäulengymnastik
mit Stärkung der Bauchmuskulatur

Kursinhalt s. o.

Bitte mitbringen: Sportzeug und Gymnastikmatte.

Monika Kuljurgies
dienstags, ab 7. Februar,
18.00 - 19.00 Uhr, 15 Abende (20 UStd.)
Anne-Frank-Schule, Amtland 28
Gebühr: 50,00 €

BE4504
Training der Bauch- und Beckenbodenmuskulatur

Diese pflegerische Gymnastik ist speziell für Frauen jeder Altersgruppe gedacht, die ihre Bauch- und Beckenbodenmuskulatur kräftigen wollen.

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, Gymnastikband, Stoppsocken und Gymnastikball.

Monika Kuljurgies
mittwochs, ab 1. Februar,
18.30 - 19.30 Uhr, 15 Abende (20 UStd.)
Anne-Frank-Schule, Amtland 28
Gebühr: 50,00 €

BE4505
Bauch - Beine - Po: der Klassiker

Ein abwechslungsreiches Bewegungstraining mit und ohne Hilfsgeräte. Für alle, die Spaß an der Bewegung mit Musik haben. Zur Schulung von Ausdauer, Kraft und Koordination. Zur Straffung und Stärkung des gesamtes Körpers, insbesondere der Problemzonen und der Rückenmuskulatur.

Bitte mitbringen: Turnschuhe und Gymnastikmatte.

Carmen Buhr, Fach-Übungsleiterin
donnerstags, ab 2. Februar,
18.00 - 19.00 Uhr, 12 Abende (16 UStd.)
Anne-Frank-Schule, Amtland 28
Gebühr: 40,00 €

BE4506
Pilates

Pilates ist eine einzigartige Trainingsform, deren Betonung auf haltungstechnischem Aufrichten und dem Gleichgewicht von Körper und Geist liegt. Die Bewegungen werden im individuellen Atemfluss konzentriert und langsam ausgeführt. Das Training ist ein ganzheitliches Workout, das auf sanfte Weise die tiefliegende und stabilisierende Muskulatur anspricht und so ein kräftiges Körperzentrum aufbaut. Das Koordinationsvermögen wird verbessert und somit das Körperbewusstsein verstärkt.

Bitte mitbringen: Turnschuhe und Gymnastikmatte.

Carmen Buhr, Fach-Übungsleiterin
donnerstags, ab 2. Februar,
19.10 - 20.10 Uhr, 12 Abende (16 UStd.)
Anne-Frank-Schule, Amtland 28
Gebühr: 40,00 €

BE4507
Allgemeine Fitness für Jede/n

Mit diesem Kurs sollen alle angesprochen werden, die sich vielleicht noch nicht für einen speziellen Sport entscheiden können oder wollen. Sie haben die Möglichkeit, verschiedene Bereiche aus Ausdauertraining, Bewegungs- und Haltungsschulung und auch Entspannungs- und Atmungstechnik kennen zu lernen. Hier gilt: Jede/r macht nach seinen persönlichen Möglichkeiten mit!

Bitte mitbringen: bequeme Sportbekleidung, Turnschuhe und Gymnastikmatte, Handtuch und ein kleines Kissen.

Anja Lange-Hohls
freitags, ab 10. Februar,
18.00 - 19.00 Uhr, 10 Abende (13,3 UStd.)
Anne-Frank-Schule, Amtland 28
Gebühr: 33,30 €

Sülze

BE4302
Sanftes Hatha-Yoga
Entspannungs- und Atemübungen

Entspannungsübungen bieten die Möglichkeit, Verspannungen im Körper zu lösen. Blockaden werden mit Hilfe von sanften Dehnübungen bewusst gemacht und so zusammen mit dem Atem leichter aufgelöst.
Auf diesem Wege gelangen wir zu mehr Energie aber auch zu mehr Gelassenheit, die in den Alltag eingebracht werden kann.

Bitte mitbringen: rutschfeste Unterlage, Wolldecke, bequeme Kleidung und warme Socken.

Anne Marie Nolte, Yogalehrerin
dienstags, ab 7. Februar,
17.30 - 19.00 Uhr, 12 Abende (24 UStd.)
Dahlhof-Schule, Sülze
Gebühr: 60,00 €

BE4510
Wirbelsäulengymnastik
am Vormittag

Durch mangelnde und einseitige Bewegung leiden viele an Verspannungen im Nacken sowie an Kopf- und Rückenschmerzen.
Wir wollen durch die Wirbelsäulengymnastik die Rumpfmuskulatur kräftigen und stabilisieren, die Beweglichkeit der Gelenke fördern und somit auch eine rükkengerechte Bewegung erlernen.

Bitte mitbringen: Decke oder Gymnastikmatte, Gymnastikband, Stoppsocken und Gymnastikball.

Monika Kuljurgies
mittwochs, ab 1. Februar,
9.00 - 10.00 Uhr, 15 Vormittage (20 UStd.)
Dorfgemeinschaftshaus Sülze
Gebühr: 50,00 € (Raummiete wird umgelegt)

Auszug aus den Teilnahmebedingungen (S. 2)

(S. 2)

So können Sie sich anmelden

- **per Anmeldekarte z.B. aus dem VHS-Programmheft,**
- **per Fax 05141-9298-50**
- **sowie telefonisch 05141-9298-0**

- **per E-Mail anmeldung@vhs-celle.de**
- **per Internet www.vhs-celle.de**
- **persönlich in der Geschäftsstelle und bei den Außenstellenleitungen**

Für Veranstaltungen **in Celle** werden schriftliche, telefonische und persönliche Anmeldungen ohne gleichzeitige Gebührenzahlung/Einzugsermächtigung für das Lastschriftverfahren in der Regel innerhalb von fünf Tagen bestätigt; mit der Bestätigung erhalten Sie einen vorbereiteten Überweisungsträger.

In den **Außenstellen** erhalten Sie keine schriftliche Bestätigung!

Sollten sich Termine verändern oder ein Kurs abgesagt werden müssen, informieren wir Sie so rasch als möglich.

Abmeldungen:
Beim Rücktritt von Kursen können die Gebühren nur dann erlassen werden, wenn eine schriftliche Abmeldung vor Kursbeginn vorliegt.

BE4511

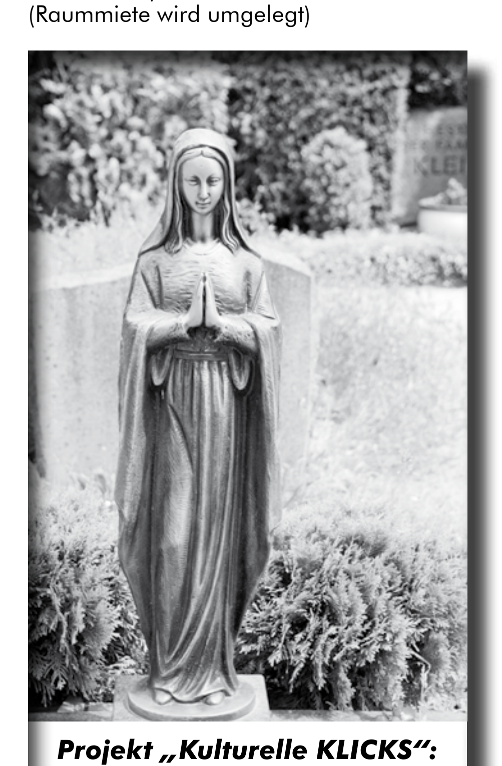
Training der Bauch- und Beckenbodenmuskulatur

am Vormittag

Diese pflegerische Gymnastik ist für Frauen jeder Altersgruppe gedacht, die ihre Bauch- und Beckenbodenmuskulatur kräftigen wollen.

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, Gymnastikball, Gymnastikband und Stoppsocken.

Monika Kuljurgies
mittwochs, ab 1. Februar, 10.10 - 11.10 Uhr, 15 Vormittage (20 UStd.)
Dorfgemeinschaftshaus Sülze
Gebühr: 50,00 €
(Raummiete wird umgelegt)



Projekt „Kulturelle KLICKS": „Celle"
Foto: Rainer Meyer

Lohheide

BE4512

Wirbelsäulengymnastik

Durch mangelnde und einseitige Bewegung leiden viele an Verspannungen im Nacken sowie an Kopf- und Rückenschmerzen.
Wir wollen durch die Wirbelsäulengymnastik die Rumpfmuskulatur kräftigen und stabilisieren, die Beweglichkeit der Gelenke fördern und somit auch eine rükkengerechte Bewegung erlernen.

Bitte mitbringen: Decke oder Gymnastikmatte, Gymnastikband, Stoppsocken und Gymnastikball.

Monika Kuljurgies
donnerstags, ab 2. Februar, 18.30 - 19.30 Uhr, 15 Abende (20 UStd.)
Grundschule Lohheide
Gebühr: 50,00 €
(Raummiete wird umgelegt)

Wohlde

BE4513

Wirbelsäulengymnastik

am Vormittag

Kursinhalt s. o.

Bitte mitbringen: Decke oder Gymnastikmatte, Gymnastikband, Stoppsocken und Gymnastikball.

Monika Kuljurgies
dienstags, ab 7. Februar, 9.30 - 10.30 Uhr, 15 Vormittage (20 UStd.)
Dorfgemeinschaftshaus Wohlde
Gebühr: 50,00 €
(Raummiete wird umgelegt)

Werden Sie Dozent/-in an der VHS Celle

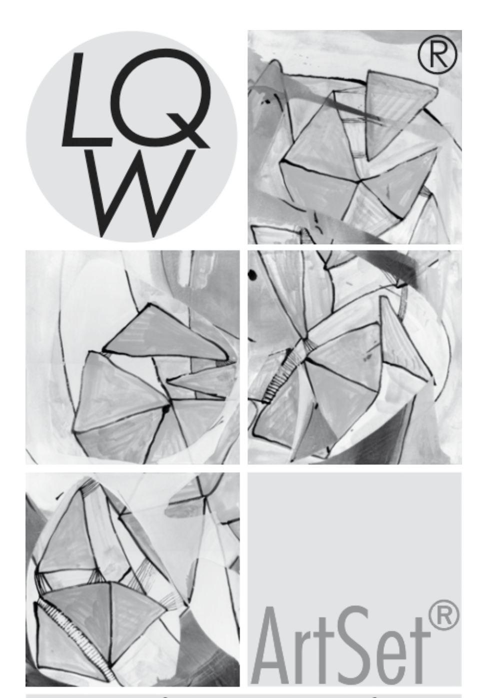
Sie
- können gut mit Menschen umgehen
- können etwas zu unserem VHS-Angebot beitragen
- lieben die freie Zeiteinteilung und sind zeitlich flexibel
- haben Erfahrung in der Erwachsenenbildung oder können sich eine Lehrtätigkeit vorstellen



Wir
- bieten vielseitige Einsatzbereiche
- beraten und begleiten Ihre Lehrtätigkeit
- unterstützen Sie durch Fortbildung
- sind ein bewegliches und kompetentes Team an Ihrer Seite

Es wird Zeit ...

Rufen Sie uns an oder schicken Sie uns Ihre Unterlagen zu!
VHS Celle - Tel: 0 51 41 - 92 98-0
E-Mail: info@vhs-celle.de



Volkshochschule Samtgemeinde Eschede



Außenstelle der VHS Celle

Leitung:
Rita Heinze
Südstr. 17, 29348 Eschede

Telefon: (0 51 42) 13 86
E-Mail: eschede@vhs-celle.de

Konto:
Sparkasse Celle (BLZ 257 500 01)
Kontonummer 52 209 178

Anmeldung:
ab Freitag, 13. Januar - 3. Februar,
jeweils von 17.00–19.00 Uhr
auch per Anrufbeantworter oder E-Mail

Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt. Persönliche und telefonische Anmeldungen sind verbindlich und verpflichten zur Zahlung der Kursgebühr. Die Zahlung der Kursgebühr erfolgt bargeldlos nach dem ersten Kursabend durch Überweisung auf das oben genannte Konto. Formulare für die Überweisung der Kursgebühr erhalten Sie am ersten Kursabend vom Dozenten.

Grundsätzlich gelten die Bedingungen der VHS Celle, siehe Programm: Seite 2.

Warten Sie nicht auf eine Benachrichtigung, wenn Sie sich zu einem Kurs angemeldet haben. Nur wenn ein Kurs abgesagt werden muss, erhalten Sie eine Nachricht.

Naturkundliche Wanderungen



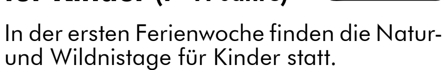
ES0401
Vogelkundliche Wanderungen
Wochenendkurs

Drei Wanderungen von jeweils ca. 3 Stunden zum Kennen lernen heimischer Vögel und anderer Tierarten, Pflanzen, Bäume und Sträucher.
1. Wanderung:
Samstag, 10. März, 16.30 Uhr,
Unterlüß Parkplatz am Bahnhof, von da aus mit 5 Autos in Fahrgemeinschaften zum Parkplatz Siedenholzbahn
Abendwanderung zum Verhören u.a. von Spechten, Hohltaube, Sperlingskauz und Rauhfußkauz in den Wäldern des Lüß.
2. Wanderung:
Sonntag, 15. April, 8.00 Uhr,
Helmerkamp Ortseingang
„Frühling in der Müsse und in den Müsswiesen"
Kleiber, Mittelspecht, Greifvögel, evtl. Brachvogel.
3. Wanderung:
Sonntag, 20. Mai, 8.00 Uhr,
Marwede, Eichenhain hinter der Lutterbrücke
„ Vögel der halboffenen, reich strukturierten Kulturlandschaft."
Feld- Heidenlerche, Goldammer, Gartenrotschwanz, Wachtel, evtl. Ortolan.

Neben warmer Kleidung und wasserfestem Schuhwerk ist die Mitnahme eines Fernglases zu empfehlen.

Eckehard Bühring, Kreisnaturschutzbeauftragter
Samstag, 10. März, 16.30 - 19.30 Uhr
Sonntag, 15. April, 8.00 - 11.00 Uhr,
Sonntag, 20. Mai, 8.00 - 11.00 Uhr,
(12 UStd.)
Gebühr: 30,00 €

Junge VHS in den Ferien



ES0901
Natur-und Wildnistage für Kinder (7 -11 Jahre)

In der ersten Ferienwoche finden die Natur- und Wildnistage für Kinder statt.
Vom 26. - 28. März geht es jeden Tag um ein anderes Thema, das den Kindern das Leben mit der Natur näher bringen soll.
26.03.: Rund um das Feuer
Wir lernen, wie man Feuer macht und wie man durch Glutenbrennen einen Holzlöffel herstellt.
27.03.: Schnitzen und Spurensuche
Wir lernen Schnitzen und begeben uns im Wald auf Spurensuche.
28.03.: Bau einer Schutzhütte und Bachuntersuchungen
Aus Naturmaterialien bauen wir eine Schutzhütte und führen Untersuchungen in der Aschau aus.

Neben wetterentsprechender Kleidung und festen Schuhen Verpflegung für den Tag mitbringen.

Marion Werthmann, Wildnispädagogin
Montag, 26. März, 10.00 - 15.00 Uhr
Kita an der Breite
Dienstag, 27. März und Mittwoch, 28. März, jeweils 10.00 - 15.00 Uhr
Grillplatz (Schützenfestplatz) (20 UStd.)
Gebühr: 50,00 € (zuzüglich 1,00 € Materialkosten für den Holzlöffel)

ES0902
Englisch
Ferienkurs für Schüler/innen ab der 9. Klasse Realschule

In diesem Ferienkurs wird individuell auf Schüler/innen eingegangen, um vorhandene Defizite im Fach Englisch aufzuarbeiten.

Wir wiederholen und festigen die Regeln und den Gebrauch der wichtigsten englischen Zeitformen. Tipps und Eselsbrücken helfen beim Formulieren und erleichtern das Sprachverständnis. Texte aller Art (z.B. Klassenarbeiten, Prüfungen) gehen leichter von der Hand und unnötige Fehler werden vermieden.

Ute Fritsch, Coach
Montag, 26. März bis Donnerstag, 5. April, jeweils 10.30 - 12.00 Uhr, 9 Vormittage (18 UStd.)
Haupt- und Realschule Eschede, Neubau
Gebühr: 45,00 €

Recht

ES1501
Erb- und Pflichtteilsrecht
Testamentsgestaltung und Erbfolgeregelung

Es werden die gesetzlichen Erb- und Pflichtteilsrechte behandelt, sowie Regelungen durch Testament, Erbvertrag und Schenkungen zu Lebzeiten.

Jan Dormann, Rechtsanwalt und Notar
Montag, 23. April,
19.30 - 21.45 Uhr (3 UStd.)
Haupt- und Realschule Eschede, Neubau
Gebühr: 7,00 €

Kreatives

ES2401
Kalligrafie - Experimente mit Schrift und Werkzeug
Wochenendkurs

Wir wollen diesmal neben den klassischen Schreibwerkzeugen - Feder und Pinsel - auch ungewöhnliche (und vielleicht ungewohnte) Schreibwerkzeuge und -materialien ausprobieren: Holz, Kork, Metall, Pappe Kunststoff und selbstgefertigte Werkzeuge wie der „Cola-Pen" laden zum Experimentieren ein. Es entstehen Schrift-"Bilder" oder Papierobjekte, die zum Anschauen, Anfassen und Durchblättern einladen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bitte mitbringen: Viel Papier! kariertes Papier (Block/Heft DIN A4, Zeichen oder Skizzenblock DIN A3, einige Bögen Bütten-Aquarell- und Tonpapier, Spitzfeder sowie Bandzugfeder (1 und 3 mm) und Halter, farbige Tinten oder Holzbeizen ,Deckfarben, sowie Filzstifte, Buntstifte, Bleistift, Lineal, Schere, Radiergummi, Küchenrolle, Klebestoff, Kreppband, leere Getränkedosen (zur Herstellung des „Cola - Pen")und alles was sich irgendwie zum Schreiben eignen könnte. Federn und Halter auch im Kurs erhältlich (ca. 3 Euro)

Sabine Pfeiffer, Dipl. Grafik-Designerin
Sonntag, 6. Mai, 10.00 - 16.30 Uhr (8 UStd.)
Haupt- und Realschule Eschede, Neubau
Gebühr: 22,00 €

ES2601
Filz-Zauber
Wochenendkurs Nassfilzen

Aus farbigen Wollfasern kreieren wir Taschen, Wärmendes, dekorative

Kleidungsstücke und Filzobjekte und lassen unserer Fantasie freien Lauf.

Bitte mitbringen: zwei alte Handtücher, Maßband, Litermaß und Schere.

Barbara Camehl
Freitag, 9. März, 18.00 - 22.00 Uhr,
Samstag, 10. März, 10.00 - 18.00 Uhr,
2 Tage (15 UStd.)
Haupt- und Realschule Eschede, Werkraum
Gebühr: 41,30 € (zuzüglich Materialkosten, die mit der Dozentin abgerechnet werden)

Musik

ES2801
Akustikgitarre
für Anfänger/-innen

In diesem Kurs werden die Grundkenntnisse des Gitarrespiels vermittelt. Behandelt werden der Aufbau der Gitarre, das Stimmen des Instruments, erste Töne spielen, Grifftechniken, Tabulator, erste Akkorde (Dur und Moll), erste Barré-Akkorde, einfache Schlagmuster, Fingerpicking u.v.m.
Keine Notenkenntnisse erforderlich!

Bitte eigene Gitarre mitbringen.

Volker Hahn, Gitarrist
mittwochs, ab 8. Februar,
17.30 - 18.30 Uhr, 12 Abende (16 UStd.)
Haupt- und Realschule Eschede
Gebühr: 44,00 € (zuzüglich Materialkosten von ca. 6,00 €, die mit dem Dozenten abgerechnet werden)

Gesundheit

ES4000
Ein freier Tag für mich
Naturerlebnis Meißendorfer Teiche mit Qi-Gong

Im Nabu-Gut Sunder genießen wir absolute Ruhe und Entspannung mit chinesischer Heilgymnastik-Qi-Gong. Wir wandern um die Teiche und stärken uns am Mittag, Nachmittag und Abend mit vollwertigem Essen.

Mitzubringen sind bequeme und regentaugliche Kleidung und gute Laune.

Ingrid Otto, Seminarleiterin für Autogenes Training; Qi Gong-Lehrerin
Samstag, 9. Juni, 10.30 - 19.00 Uhr
(10 UStd.)
Gut Sunder
Gebühr: 25,00 € (zuzügliche Kosten für Verpflegung und Raummiete)

Projekt „Kulturelle KLICKS“: „Industriesperren“
Foto: Jürgen Behlau

ES4301
T'ai Chi Chuan
Chinesische Bewegungskunst und Gesundheitsmethode

T'ai Chi Chuan ist eine Jahrhunderte alte chinesische Bewegungskunst. Die Bewegungen sind langsam, geschmeidig und fließend. Millionen von Menschen Asiens erhalten sich durch regelmäßiges T'ai Chi-üben ihre körperliche und geistige Bewegungsfähigkeit und Gesundheit bis ins hohe Alter.
Regelmäßiges Üben fördert die Kräftigung der Muskulatur und des Bewegungsapparates, schult den Rücken, stabilisiert den Kreislauf, aktiviert die ausgewogene Aktivität der Gehirnhälften, stärkt den Atem, ist körperlich belebend und mental entspannend. Die Teilnehmenden erlernen die Beginner-Form (festgelegter Bewegungsablauf). Außerdem erlernen die Teilnehmenden eine leichte Qi Gong Übungsfolge (5 Elemente-Harmonie) zur täglichen Ausführung.
Gleichwohl kann T'ai Chi auch sportlich trainiert werden, da ein komplettes Lockerungs-, Dehnungs- und Muskelstärkungsprogramm durchgearbeitet wird.
Männer und Frauen sind gleichermaßen angesprochen.
Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Karsten Fiedler, Dipl.-Sozialpädagoge, Qi Gong- und T'ai Chi Chuan Lehrer und Jessica Trettin, T'ai Chi Chuan-Trainerin
donnerstags, ab 9. Februar,
20.00 - 21.00 Uhr, 10 Abende (13,3 UStd.)
Haupt- und Realschule Eschede, Aula
Gebühr: 33,30 €

ES4302
Yoga - Grundstufe

Yoga ist ein aus Indien stammendes Übungssystem zur Förderung von Wohlbefinden und psychosomatischem Gleichgewicht. Durch regelmäßiges Üben über einen längeren Zeitraum wird der Körper aktiviert, wo er zu passiv war, gestärkt, wo er zu schwach war, gedehnt, wo er verkürzt war und beruhigt, wo er zu aktiv war. Die Vergrößerung der körpernahen Wahrnehmung, die freiere Atmung und die entspanntere Konzentration ermöglichen es, das Nervensystem zu beruhigen, die Durchblutung zu verbessern und mehr psychosomatisches Wohlbefinden zu erreichen.
Erlernt werden grundlegende Haltungs- und Bewegungsmuster im Stehen, Sitzen und Liegen. Der Kurs wird aufbauend fortgeführt.
Einsteiger/-innen ohne Vorkenntnisse sind willkommen!

Bitte bequeme Kleidung, eine rutschfeste Gymnastik- oder Yogamatte und zwei Decken mitbringen.

Stefanie Bartels, Yoga-Lehrerin
dienstags, ab 7. Februar,
19.30 - 21.00 Uhr, 12 Abende (24 UStd.)
Kulturraum der Escher Musenmöhl,
Rebberlaher Str. 3 a
Gebühr: 60,00 €

ES4303
Yoga - Grundstufe
(in Höfer)

Kursinhalte s. o.

Bitte bequeme Kleidung, eine rutschfeste Gymnastik- oder Yogamatte und zwei Decken mitbringen.

Stefanie Bartels, Yoga-Lehrerin
montags, ab 6. Februar,
19.30 - 21.00 Uhr, 12 Abende (24 UStd.)
Höfer; Turnraum des Kindergartens „Villa Kunterbunt“, Schulstr. 1
Gebühr: 60,00 €

Gymnastik

ES4501
Frühsport mit Entspannung

Den Tag mit guten Vorsätzen beginnen.
Funktionelle Gymnastik mit dem Schwerpunkt Mobilisieren der Gelenke, Kräftigen der Muskulatur- und Koordinationstraining stehen mit Spaß und Musik im Vordergrund. Danach geht es in die wohlverdiente Entspannung und Dehnung, um sich optimal auf den Tag vorzubereiten.

Bitte bequem sitzende Kleidung tragen und eine Wolldecke oder eine Isomatte und evtl. ein kleines Kissen mitbringen.

Brigitte Bockelmann, Übungsleiterin Präventionssport
donnerstags, ab 2. Februar,
9.00 - 10.00 Uhr, 12 Vormittage (16 UStd.)
Kulturraum der Escher Musenmöhl,
Rebberlaher Str. 3 a
Gebühr: 40,00 €

ES4502
Pilates

Die Pilates-Methode ist ein ganzheitliches Training, die dem die Balance des Bewegungsapparates im Vordergrung steht. Kraft, Flexibilität, Haltung und Körperkontrolle werden unter Einbeziehen der Atmung deutlich verbessert. Ein positives Körpergefühl entsteht.
Leichte Vorkenntnisse wünschenswert.

Brigitte Bockelmann, Übungsleiterin Präventionssport
dienstags, ab 7. Februar,
19.00 - 20.00 Uhr, 12 Abende (16 UStd.)
Haupt- und Realschule Eschede, Aula
Gebühr: 40,00 €

ES4503
Fitnessgymnastik mit Musik

Haben Sie Spaß und Freude an der Bewegung und wollen Sie sich und Ihrem Körper etwas Gutes tun? Dann sind Sie hier richtig aufgehoben. Durch Konditions-, Kräftigungs- und Dehnübungen wollen wir das Herz-Kreislauf-

System in Schwung bringen und unsere Beweglichkeit und Ausdauer trainieren. Mit Musik und netten Leuten fällt das viel leichter.

Bitte Gymnastikmatte mitbringen.

Brigitte Bockelmann, Übungsleiterin Präventionssport
mittwochs, ab 1. Februar,
19.00 - 20.00 Uhr, 12 Abende (16 UStd.)
Glockenkolkhalle (kleine Turnhalle)
Gebühr: 40,00 €

ES4504
Step-Aerobic

Diese abwechslungsreiche Kursstunde auf dem Stepbrett trainiert die Bein- und Gesäßmuskulatur und bringt das Herz-Kreislaufsystem in Schwung. Zudem werden die Koordination und die Leistungsfähigkeit des Gehirns verbessert. Spaß, Motivation und Abwechslung.

Claudia Nanke
dienstags, ab 7. Februar,
20.15 - 21.15 Uhr, 12 Abende (16 UStd.)
Haupt- und Realschule Eschede, Aula
Gebühr: 40,00 €

ES4505
Nordic Walking
am Vormittag

Nordic Walking ist nicht nur ein idealer Einstieg in die Fitnesswelt, sondern auch für Menschen mit Gelenk-und Rückenproblemen. Das Gehen mit den Stöcken schont die Gelenke und trainiert den ganzen Körper, regt den Stoffwechsel an und macht schlank. Gleichzeitig werden Verspannungen der Schulter-und Nackenmuskulatur vermieden.
Nordic Walking ist eine Sportart ohne Altersbegrenzung.

Bitte gutes festes Schuhwerk und falls vorhanden Nordic Working-Stöcke mitbringen.

Brigitte Bockelmann, Übungsleiterin Präventionssport
freitags, ab 13. April,
9.00 - 10.00 Uhr, 12 Vormittage (16 UStd.)
Treffpunkt: Freibad Eschede, Brunshagen
Gebühr: 40,00 €

Kochen

ES4801
Fasten - neuer Schwung für den Körper

Wer möchte sich einmal vom Alltag lösen und neue Erfahrungen mit seinem Körper machen? Lernen Sie das ganzheitliche Verfahren des Fastens kennen und lassen Sie sich auf verschiedene Entspannungsübungen ein. Der Erfahrungsaustausch und die gegenseitige Unterstützung durch die Gruppe haben einen wichtigen Stellenwert dabei.

Iris Schacht, Dipl.-Ökotrophologin
Info-Veranstaltung:
Mittwoch, 21. März, 19.00 - 19.30 Uhr
Fastenwoche:
Montag, 26. März - Freitag, 30. März jeweils von 19.00 - 20.30 Uhr (außer Donnerstag, 4 Termine) (8 UStd.)
Haupt- und Realschule Eschede, Schulküche
Gebühr: 20,00 €

ES4802
Thailändische Küche

Die thailändische Küche ist nicht immer scharf aber immer äußerst abwechslungsreich. Exotische Gewürze und knackig frische Zutaten vereinen sich zu einem Feuerwerk aus Düften und Aromen. Die Gerichte sind nicht nur lecker, sondern meistens schnell und einfach zubereitet, kalorienarm, leicht und sehr vitaminreich. Lernen Sie Thailand von der Küche aus kennen, gespickt mit persönlichen Erlebnissen und kleinen Geschichten von Land und Leuten.

Mitzubringen: falls vorhanden eine Wok-Pfanne.

Wanitcha Dreyer, Betriebswirtschafterin
Freitag, 17. Februar,
2. März und 16. März, jeweils 19.00 - 22.00 Uhr, 3 Veranstaltungen (12 UStd.)
Haupt- und Realschule Eschede, Schulküche
Gebühr: 30,00 € (die Lebensmittelkosten werden direkt mit der Dozentin abgerechnet)
Für diesen Kurs ist die Gebühr gleichzeitig mit der Anmeldung zu überweisen

ES4803
Frühlingserwachen
durch Ankurbeln der körpereigenen Serotoninproduktion

Entgehen Sie der Frühjahrsmüdigkeit und tanken Sie Lichtenergie auch über die Nahrung. Wir bereiten uns grüne und exotische Smoothies zu, wärmen uns an einem warmen vegetarischen Hauptgericht mit indischer und mediterraner Note und gönnen uns zum Abschluss einen traumhaften Nachtisch, der unsere Sinne anregt und uns den wohlverdienten Schlaf schenkt.

Ein wenig Hintergrundwissen zu unserem Glückshormon Serotonin wird zu Beginn des Kurses anschaulich vermittelt.

Dr. Heike Jürgens, Doktor der Chemie (Ernährungsberatung)
Montag, 27. Februar,
18.30 - 21.30 Uhr (4 UStd.)
Haupt- und Realschule Eschede, Schulküche
Gebühr: 10,00 € (zuzüglich Lebensmittelkosten von 7,50 €, die mit der Dozentin abgerechnet werden)

ES4804
Machen Bananen und Schokolade glücklich ?

Erfahren Sie, wie Sie Ihren Hormonhaushalt zugunsten des Glücks beeinflussen können. Gute Laune und Ausgeglichenheit kann man essen! Wir bereiten uns einfache Müslis, Desserts, Dipps und Smoothies zu und setzen das Gelernte in die Praxis um. Wir probieren neue Rezepte aus und verwenden auch frische Kräuter aus dem Garten.

Dr. Heike Jürgens, Doktor der Chemie (Ernährungsberatung)
Montag, 4. Juni, 19.00 - 21.15 Uhr (3 UStd.)
Haupt- und Realschule Eschede, Schulküche
Gebühr: 7,50 € (zuzüglich Lebensmittelkosten von 5,00 €, die mit der Dozentin abgerechnet werden)

EDV für Frauen

ES5401
Digitale Bildbearbeitung und Organisation
für Frauen

In Zusammenarbeit mit der Gleichstellungsbeauftragten Iris Schacht

Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmerinnen, die digital fotografieren und die Bilder für den Druck fertig stellen möchten. Zudem lernen Sie, Ihre Bilder übersichtlich zu ordnen und zu verwalten.

Themenschwerpunkte:
- Überspielen der Bilder auf den Computer
- Organisieren der Bilder auf dem Rechner
- Helligkeit, Kontrast und Farbsättigung
- Rote Augen entfernen
- Kleine Korrekturen erstellen
- Ausschnitte erstellen
- Einfügen von Text

Gearbeitet wird überwiegend mit dem kostenlosen Programm XN View. Gerne können Sie auch Ihre eigene Kamera mitbringen und eigene Bilder bearbeiten.

Die Teilnehmerinnen sollten den Kurs „Grundlagen der EDV" absolviert haben oder vergleichbare Kenntnisse und Fertigkeiten besitzen.

Daria Bezous, Mathematikerin B. Sc.
Samstag, 14. April, 9.30 - 16.30 Uhr
Freitag, 20. April, 17.00 - 20.40 Uhr (12 UStd.)
Haupt- und Realschule Eschede, Computerraum
Gebühr: 26,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

Kursanmeldungen auch unter www.vhs-celle.de möglich

Faßberg

Volkshochschule Faßberg

Außenstelle der VHS Celle



Leitung:
Silke Fürst
Sandstraße 6, 29328 Müden

Telefon: (0 50 53) 90 05 11
Fax: (0 50 53) 90 05 13
E-Mail: fassberg@vhs-celle.de

Konto:
Volksbank Südheide eG (BLZ 257 916 35)
Kontonummer 15780500

Anmeldung:
Ab Freitag, 13. Januar per Fax, per E-Mail oder telefonisch.

Unterrichtsort:
Die Kurse finden – soweit nicht anders vermerkt – in den Räumen der Grund- und Hauptschule Faßberg, Lerchenweg 1, statt.

Persönliche und telefonische Anmeldungen sind verbindlich und verpflichten zur Zahlung der Kursgebühr.
Die Kursgebühr ist unter Angabe der Kursnummer, des Kurstitels und des Semesters auf das o.g. Konto zu überweisen. Formulare für die Überweisung der Kursgebühr erhalten Sie am ersten Kursabend vom Dozenten.

Grundsätzlich gelten die Bedingungen der VHS Celle, siehe Programm: Seite 2.

Junge VHS

FA0901

Tastschreiben am PC

ab 11 Jahre

Die Erstellung von Maschinen geschriebenen Texten wird heute mit Personalcomputern durchgeführt. Viele Vorteile, wie leichte Korrigierbarkeit, verschiedene Schriftarten, die Speichermöglichkeit der geschriebenen Texte und die Vielfalt der Ausdrucksmöglichkeiten haben dazu geführt, dass die Schreibmaschine von der EDV-gestützten Texterstellung abgelöst wurde.

Themenschwerpunkte:
- Erlernen des 10-Finger-Blind-Tastschreibens im Buchstabenfeld mit Großschreibung,
- Erarbeitung der wichtigsten Sonderzeichen sowie
- die neuen Schreib- und Gestaltungsregeln für die Textverarbeitung nach DIN 5008

Ingrid Schade, Office Managerin
freitags, ab 24. Februar, 15.00 - 16.30 Uhr, 10 Nachmittage (20 UStd.)
Grund- und Hauptschule, Lerchenweg 1
Gebühr: 50,00 € (zzgl. Kopierkosten)

FA0902

Der Computer als sinnvolles Werkzeug

Für Schüler/-innen mit geringen Kenntnissen in WORD und/oder EXCEL
Wochenendseminar

Gezeigt wird der sinnvolle und effektive Umgang mit Word und Excel.
Word:
- Autokorrektur
- Tabellen
- Rechtschreibprüfung etc.

Excel:
- Einfache Lernkontrollen z.B. Vokabeltests mit Excel erstellen und auswerten

Dieter Lühring, IT-Trainer
Freitag, 30. März, 16.00 - 19.00 Uhr
Samstag, 31. März,
13.00 - 16.00 Uhr (8 UStd.)
Grundschule Müden
Gebühr: 20,00 €



„Gewaltfreie Kommunikation“
Erreichen, was ich wirklich will
BE 1901 - Außenstelle Bergen

Kreatives - Musik

FA2801

Cajon

Basis und Ensemblespiel mit dem Cajon
Wochenendworkshop

Das Cajon - die tolle Kiste mit dem Scheppersound - ist ein wieder entdecktes, ursprünglich aus Peru stammendes Percussioninstrument, das immer populärer wird und seit einigen Jahren auch im Bereich der Schulmusik deutlich an Bedeutung gewonnen hat.
Der Workshop wird folgende Themen beinhalten:
- eine ausführliche Einführung in die Schlagtechnik auf dem Cajon
- Erarbeitung mehrer einfacher Grundrhythmen
- Gebrauch des Cajons als kleines Schlagzeug
- Zusammen in der Gruppe musizieren

Mitzubringen ist (falls vorhanden) ein Cajon, es kann aber auch gegen eine geringe Gebühr beim Dozenten ausgeliehen werden.

Helge Mahn, Musiklehrer
Samstag, 11. Februar,
10.00 - 13.45 Uhr (5 UStd.)
Grund- und Hauptschule, Lerchenweg 1
Gebühr: 13,80 €

FA2802

Djembe 1 - Afrikanisches Trommeln

Wochenendworkshop

Die Djembe erfreut sich immer größerer Popularität. Anhand von traditionellen westafrikanischen Rhythmen tasten wir uns an die Djembe heran, dazu kommen die drei verschiedenen Basstrommeln. Das Spiel im Ensemble, Rhythmusgefühl und die Anschlagtechniken sind weitere Themen, denen wir uns über verschiedene Übungen nähern.

Instrumente (falls vorhanden) können mitgebracht werden.

Helge Mahn, Musiklehrer
Samstag, 21. April,
10.00 - 13.45 Uhr (5 UStd.)
Grund- und Hauptschule, Lerchenweg 1
Gebühr: 13,80 €

FA2803

Akustikgitarre

für Anfänger/-innen

Ob 16 Jahre oder älter, in diesem Kurs werden die Grundkenntnisse des Gitarre-Spielens vermittelt. Behandelt werden u. a. folgende Bereiche:
Aufbau der Gitarre, das Stimmen des Instrumentes, erste Töne spielen, Grifftechniken, Tabulator, erste Akkorde (Dur und Moll), erste Barré-Akkorde, einfache Schlagmuster, Fingerpicking u.v.m.
Keine Notenkenntnisse erforderlich.

Bitte eigene Gitarre mitbringen!



Projekt „Kulturelle KLICKS“: „Singende Menschen“
Foto: Karl-Heinz Rehling

Volker Hahn, Gitarrist
montags, ab 6. Februar,
18.00 - 19.00 Uhr, 12 Abende (16 UStd.)
Grund- und Hauptschule, Lerchenweg 1
Gebühr: 44,00 € (zuzüglich 6 € für Fotokopien, die direkt an den Dozenten zu zahlen sind)

Sprachen

FA3101
Englisch für Fortgeschrittene

Im Vordergrund steht das freie Sprechen über Themen von allgemeinem Interesse, z.T. in kleinen Gruppen. Hör- und Leseverstehen werden geübt und Grammatikkenntnisse, sofern nötig, aufgefrischt. Mindestens einmal im Jahr fahren wir ins English Theatre nach Hamburg und bereiten uns im Kurs auf diesen Theaterbesuch gezielt vor.

Leonard Skelton, Sprachlehrer
montags, ab 20. Februar,
20.00 - 21.30 Uhr, 12 Abende (24 UStd.)
Grund- und Hauptschule, Lerchenweg 1
Gebühr: 60,00 €

FA3201
Spanisch für den Urlaub und Tapas genießen



Wer Lust hat, die spanische Sprache kennen zu lernen und sich für den nächsten Urlaub sprachlich vorbereiten möchte, ist hier richtig.
Am letzten Unterrichtstag werden wir dann Tapas zusammen kochen, um auch eine kleine Vorstellung von der spanischen Küche zu bekommen.

Buch: „Kauderwelsch Spanisch Wort für Wort“ ISBN 978-3-89416-480-5, Preis 7,95 € (unbedingt bei Kursbeginn mitbringen!!!)

Monica Buchheim
Samstag, 11., 18. und 25. Februar,
jeweils 10.00 - 12.15 Uhr,
Samstag, 3. März,
10.00 - 13.00 Uhr (13 UStd.)
Grund- und Hauptschule, Lerchenweg 1
Gebühr: 32,50 € (zuzüglich 5 € Lebensmittelkosten, die direkt an die Dozentin zu zahlen sind)

FA3202
Spanisch IV

Auch Wiedereinsteiger/-innen können gerne kommen!

Monica Buchheim
dienstags, ab 7. Februar, 19.00 - 20.30 Uhr, 12 Abende (24 UStd.)
Grund- und Hauptschule, Lerchenweg 1
Gebühr: 60,00 €

Gesundheit

FA4301
Sanftes Hatha-Yoga
Entspannungs- und Atemübungen

Entspannungsübungen bieten die Möglichkeit, Verspannungen im Körper zu lösen. Blockaden werden mit Hilfe von sanften Dehnübungen bewusst gemacht und zusammen mit bewusster Atmung leichter auflösbar.
Auf diesem Wege gelangen wir zu mehr Energie und Gelassenheit, die im Alltag mit eingebracht werden kann.

Mitzubringen sind eine rutschfeste Unterlage, Wolldecke, bequeme Kleidung und warme Socken.

Anne Marie Nolte, Yogalehrerin
montags, ab 6. Februar,
18.30 - 20.00 Uhr, 12 Abende (24 UStd.)
Grund- und Hauptschule, Lerchenweg 1
Gebühr: 60,00 €

Gymnastik

FA4501
Wirbelsäulengymnastik

Rückengerechte Übungen werden mit einer Konditions- und Koordinationsschulung kombiniert. Sie lernen Dehnungsübungen für die beanspruchte Muskulatur kennen und schließen jede Stunde mit einer Entspannungsphase ab.

Ina Schlicht, Sporttherapeutin
montags, ab 6. Februar,
19.15 - 20.30 Uhr, 12 Abende (20 UStd.)
Grund- und Hauptschule, Lerchenweg 1
Gebühr: 50,00 €

FA4502
Wirbelsäulengymnastik

Kursinhalte s. o.

Ina Schlicht, Sporttherapeutin
montags, ab 4. Juni,
19.15 - 20.30 Uhr, 6 Abende (10 UStd.)
Grund- und Hauptschule, Lerchenweg 1
Gebühr: 25,00 €

FA4503
Schongymnastik

Schonende Gymnastik von Kopf bis Fuß. Gezielte Übungen zur Haltungsschulung und Kräftigung der vernachlässigten Muskulatur. Den Kreislauf durch Bewegung in Schwung bringen und sich dabei am ganzen Körper wohl fühlen.

Ina Schlicht, Sporttherapeutin
montags, ab 6. Februar, 18.00 - 19.00 Uhr, 12 Abende (16 UStd.)
Grund- und Hauptschule, Lerchenweg 1
Gebühr: 40,00 €

FA4504
Aqua-Fitness

Unter dem Motto „Fit mit der Aquanudel“ nutzen wir die Vorteile des Wassers für ein umfassendes gesundheitsorientiertes Ausdauer- und Kräftigungstraining mit Musik.
Alt und Jung können gleichermaßen wie Anfänger/-innen (auch Nichtschwimmer/-innen) und
Fortgeschrittene sowie Menschen, die unter Übergewicht leiden, gemeinsam trainieren.

Andrea Staiger, Aerobic-Trainerin DTB
mittwochs, ab 8. Februar,
17.00 - 17.45 Uhr, 12 Abende (12 UStd.)
Grund- und Hauptschule, Lerchenweg 1
Gebühr: 30,00 €

Bei **schriftlichen Anmeldungen** können Sie eine kursbezogene **Einzugsermächtigung** erteilen
➔ auch in den Außenstellen

FA4505
Aqua-Fitness

Kursinhalte s. o.

Andrea Staiger, Aerobic-Trainerin DTB
mittwochs, ab 23. Mai,
17.00 - 17.45 Uhr, 6 Abende (6 UStd.)
Grund- und Hauptschule, Lerchenweg 1
Gebühr: 15,00 €

FA4506
Aqua-Fitness

Kursinhalte s. o.

Andrea Staiger, Aerobic-Trainerin DTB
mittwochs, ab 8. Februar,
17.45 - 18.30 Uhr, 12 Abende (12 UStd.)
Grund- und Hauptschule, Lerchenweg 1
Gebühr: 30,00 €

FA4507
Aqua-Fitness

Kursinhalte s. o.

Andrea Staiger, Aerobic-Trainerin DTB
mittwochs, ab 23. Mai,
17.45 - 18.30 Uhr, 6 Abende (6 UStd.)
Grund- und Hauptschule, Lerchenweg 1
Gebühr: 15,00 €

FA4508
Aqua-Fitness

Kursinhalte s. o.

Andrea Staiger, Aerobic-Trainerin DTB
mittwochs, ab 8. Februar,
18.30 - 19.15 Uhr, 12 Abende (12 UStd.)
Grund- und Hauptschule, Lerchenweg 1
Gebühr: 30,00 €

FA4509
Aqua-Fitness

Kursinhalte s. o.

Andrea Staiger, Aerobic-Trainerin DTB
mittwochs, ab 23. Mai,
18.30 - 19.15 Uhr, 6 Abende (6 UStd.)
Grund- und Hauptschule, Lerchenweg 1
Gebühr: 15,00 €

FA4510
Aqua-Fitness

Kursinhalte s. o.

Andrea Staiger, Aerobic-Trainerin DTB
mittwochs, ab 8. Februar,
19.15 - 20.00 Uhr, 12 Abende (12 UStd.)
Grund- und Hauptschule, Lerchenweg 1
Gebühr: 30,00 €

FA4511
Aqua-Fitness

Kursinhalte s. o.

Andrea Staiger, Aerobic-Trainerin DTB
mittwochs, ab 23. Mai,
19.15 - 20.00 Uhr, 6 Abende (6 UStd.)
Grund- und Hauptschule, Lerchenweg 1
Gebühr: 15,00 €

Faßberg

Tanzen

FA4601

Dance-Floor-Survival
Überleben auf der Tanzfläche
für Anfänger-/innen ohne Vorkenntnisse
Wochenendseminar

Die Gefahr, auf die Tanzfläche gezerrt zu werden, besteht immer, z.B. bei einer Familienfeier, Betriebsfest, Ü-Irgendwas-Party. Da ist es gut, wenn man wenigstens ein paar Schritte kennt, mit denen man sich elegant aus der Ehrentanz-Affäre ziehen oder der nächsten Damenwahl gelassen entgegen sehen kann. Mit viel Spaß wollen wir an diesem Wochenende ein paar einfache Schritte und Figuren erlernen, die das Überleben auf der Tanzfläche ermöglichen.
Einzelpersonen nach Rücksprache.

Hans Jürgen Hollander, Tanzsporttrainer
Freitag, 3. Februar, 19.00 - 21.00 Uhr
Samstag, 4. Februar, 14.00 - 17.30 Uhr
Sonntag, 5. Februar, 10.00 - 13.30 Uhr
(12 UStd.)
Grund- und Hauptschule, Lerchenweg 1
Gebühr: 30,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

FA4602

Line-Dance
Schnupper-Workshop

„Line Dance ist eine Tanzform, bei der einzelne Tänzer in Reihen und Linien vor- und nebeneinander tanzen."
Soviel zur Theorie.
In der Praxis heißt Line Dance: Tanzen zu fetziger Musik - mit anderen aber ohne Partner/-in. Ob allein, als Paar oder Gruppe: Beim Line Dance können alle mitmachen. Get in Line!

Hans Jürgen Hollander, Tanzsporttrainer
Freitag, 23. März, 19.00 - 21.00 Uhr
Samstag, 24. März,
13.30 - 17.30 Uhr (8 UStd.)
Grund- und Hauptschule, Lerchenweg 1
Gebühr: 20,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

EDV

FA5101

Microsoft Office
WORD, EXCEL und POWERPOINT

Für Teilnehmer/-innen - sehr gern auch Rentner - ohne/mit geringem PC-Wissen
Textverarbeitung Word
- Erstellen von persönlichem Briefpapier
- Sinnvolles und effektives Arbeiten mit Word

Tabellenkalkulation Excel
- Erstellen von einfachen und sinnvollen Tabellen
- Einfache Berechnungen mit Excel

Präsentationen mit PowerPoint
- Erstellen von Präsentationen
- Animieren von Präsentationselementen

Dieter Lühring, IT-Trainer
Donnerstag, 8. und Freitag, 9. März,
jeweils 18.00 - 21.00 Uhr,
Samstag, 10. März,
9.30 - 17.00 Uhr (16 UStd.)
Grund- und Hauptschule, Lerchenweg 1
Gebühr: 48,00 €

FA5102

Word/Excel für Fortgeschrittene

Inhalte:
- Zusammenarbeit zwischen Word und Excel
- Serienbrieferstellung
- Automatisches Erstellen von Inhaltsverzeichnissen
- Erstellen von Adressdatenbanken mit Excel
- Referenz- und Indexerstellung mit Word
- Professionelles Formatieren und Anpassen von Texten

Dieter Lühring, IT-Trainer
Donnerstag, 10. und Freitag, 11. Mai,
jeweils 18.00 - 21.00 Uhr,
Samstag, 12. Mai, 9.30 - 17.00 Uhr
(16 UStd.)
Grund- und Hauptschule, Lerchenweg 1
Gebühr: 48,00 €

FA5103

Excel und PowerPoint für Fortgeschrittene

Inhalte:
- Erstellen von Exceltabellen
- Berechnen von Tabellen
- Auswerten und Visualisieren von Tabellen mit Diagrammen
- Einbinden von Tabellen und Diagrammen in PowerPoint

Dieter Lühring, IT-Trainer
Donnerstag, 14. und Freitag, 15. Juni,
jeweils 18.00 - 21.00 Uhr,
Samstag, 16. Juni, 9.30 - 17.00 Uhr
(16 UStd.)
Grund- und Hauptschule, Lerchenweg 1
Gebühr: 48,00 €

Kinder haben Rechte

unicef

Ausstellung im VHS-Haus,
Trift 20,
vom 01.02.-23.03.2012

Vorträge und Führungen durch die Ausstellung
siehe Bereich Celle: Politische Bildung

Die Ausstellung ist während der Geschäftsöffnungszeiten zu besichtigen.



Projekt „Kulturelle KLICKS": „Celle"
Foto: Joachim Groß

Volkshochschule Flotwedel
Außenstelle der VHS Celle in Wienhausen

Leitung:
Ingrid Petzold
Pommernweg 5, 29342 Wienhausen

Telefon:(0 51 49) 2 30
E-Mail: VHS-Celle-Flotwedel@t-online.de

Konto:
Sparkasse Celle (BLZ 257 500 01)
Kontonummer 544 646 64

Anmeldung:
ab Freitag, 13. Januar
jeweils von 16.00 bis 19.00 Uhr.

Bei allen Kursen wird um eine Anmeldung per Telefon oder per E-Mail gebeten. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt. Persönliche, telefonische und elektronisch übermittelte Anmeldungen sind verbindlich und verpflichten zur Zahlung der Kursgebühr.
Die Kursgebühr ist unter Angabe der Kursnummer, des Kurstitels und des Semesters auf das o.g. Konto zu überweisen. Formulare für die Überweisung der Kursgebühr erhalten Sie am ersten Kursabend, soweit bei den einzelnen Kursen nichts Anderes angegeben ist.

Grundsätzlich gelten die Bedingungen der VHS Celle, siehe Programm: Seite 2.

Warten Sie nicht auf eine Benachrichtigung, wenn Sie sich zu einem Kurs angemeldet haben. Nur wenn ein Kurs abgesagt werden muss, erhalten Sie eine Nachricht.

Geschichte

FL0101
Geschichtliches und Geschichten aus Celle unter Einbeziehung von Herzog Ernst dem Bekenner
Diavortrag

In dieser etwas „anderen" Stadtführung durch die Celler Geschichte, erfahren Sie z.B., woher der „Langensalzaplatz",der „Magnusgraben"oder die „Prinzengasse" ihren Namen haben. Oder weshalb es im „Französischen Garten" einen „Himmelsstrich" gibt und welche Bedeutung die sogenannten „Pipenposten" in der Stadt hatten. Nicht nur der letzte Dienstmann Otto Kempe wird gezeigt, auch die Celler Straßenbahn. Über Herzog Ernst der Bekenner wird berichtet. Das Stickmustermuseum und die „Utspannwirtschaften" werden erwähnt.

Bernhard Meißner
Mittwoch, 29. Februar,
19.00 - 21.15 Uhr (3 UStd.)
Altes Rathaus Wienhausen, Mühlenstraße 5
Gebühr: 7,00 €

Kunstgeschichte

FL2201
Herausragende Frauen des Klosters Wienhausen
Teil II

Beginnend mit der Stifterin des Klosters im frühen 13. Jahrhundert, begegnen uns in allen Epochen des Klosters Frauen, die die Geschicke Wienhausens prägten.



Projekt „Kulturelle KLICKS": „Celle"
Foto: Rainer Meyer

Nachdem der I. Teil des Vortrages 2010 stattgefunden hat, folgt nun Teil II mit dem Vorabend der Reformation bis in die Neuzeit und das 20. Jahrhundert.

Brigitte Brockmann, Priorin
Dienstag, 14. Februar,
19.00 - 21.15 Uhr (3 UStd.)
Kloster Wienhausen, Haupteingang
Gebühr: 7,00 €

Naturkundliche Wanderung

FL0401
Vogelkundliche Wanderung im Naturpark Drömling

Über 1700 km Gräben und Wasserläufe brachten dem Drömling den Beinamen „Land der tausend Gräben" ein. Die Einzigartigkeit dieser ausgedehnten Niederungslandschaft zwischen Aller und Ohre in Sachsen-Anhalt wollen wir bei drei ausgedehnten Spaziergängen - mit besonderem Augenmerk auf die Vogelwelt - erkunden.
Wir fahren nach Absprache mit eigenen Pkws.

Bitte der Witterung angepasste Kleidung/ Gummistiefel tragen und - falls vorhanden - ein Fernglas mitbringen.

Ulrich Pittius, Dipl.-Ing.(FH)
Sonntag, 22. April, 6.30 - 18.00 Uhr
Parkplatz Kloster, Sportanlagen Wienhausen
Gebühr: 38,00 € Die Kursgebühr ist mit der Anmeldung zu überweisen

FL0402
Wildkräutersalate

Im Frühling ist unser Verlangen nach frischen Kräutern besonders groß. Viele Wildkräuter wachsen direkt vor unserer Haustür. Mit ihnen können Sie die gezüchteten Salate mit Vitaminen und Mineralstoffen aufpeppen.
Bei einer Wanderung lernen Sie die Wildkräuter kennen und erfahren etwas über deren Einsatz in der Küche.
Einige Salate werden als Kostproben draußen zubereitet.

Mitzubringen sind Lupe und Bestimmungsbuch, falls vorhanden.

Gabriele Ellermann
Donnerstag,
12. April, 9.00 - 12.00 Uhr (4 UStd.)
Parkplatz Kloster, Sportanlagen
Gebühr: 10,00 € (+ 1 € Materialkosten, die mit der Dozentin abgerechnet werden)

Umwelt und Natur

FL1301
Hecken - Grüne Einfassungen

Ob Blüten- und Fruchtschmucksträucher, die mit wenig Schnitt auskommen oder formgeschnittene Sommer- und immergrüne Hecken, eines haben sie gemeinsam: Sie bilden einen blickdichten Hintergrund für den Garten. Bunte Blütenbeete kommen besser zur Geltung vor einem ruhigen grünen Hintergrund. Vögel finden hier Lebensraum und Nahrung. Welche Gehölze hierfür geeignet sind, wird in diesem Kurs anhand vieler Dias gezeigt. Auch der Schnitt, der zum Erhalt der Hecken nötig ist, wird erklärt.
Begrenzte Teilnehmerzahl.

Ellen Bielert, Dipl.-Ing. Landschafts- und Freiraumplanung
Montag, 19. März,
18.30 - 21.30 Uhr (4 UStd.)
Schule Wienhausen
Gebühr: 10,00 €

Länderkunde

FL0501
Australien - Indonesien - Singapur

Im Rahmen einer Kreuzfahrt wurden die sehr unterschiedlichen Länder Australien, Indonesien und der Stadtstaat Singapur besucht. Es wird Sydney, eine der schönsten Städte der Welt, vorgestellt, sowie Brisbane und der tropische Norden Australiens mit Cairns und Darwin.
Weiter geht es nach Indonesien, das nach China und Indien bevölkerungsreichste Land der Welt. Wir besuchen die einzigartigen Komodo-Warane, das buddhistische Bali und das muslimische Java mit der Hauptstadt Jakarta.
Den Abschluss bildet Singapur, das häufig „Asien für Anfänger" genannt wird, weil dort alles westlich vertraut erscheint. Dieser Stadtstaat ist eine faszinierende Welt voller Gegensätze. In dieser „Boomtown" Asiens schießen Hochhäuser wie Pilze aus dem Boden, dennoch hat Singapur einen „Grünanteil" von fast 50% im Stadtbild, so befindet sich z. B. mitten in der Stadt ein Regenwald. Sehenswert sind ebenso „Little India", „Chinatown" und das „arabische Viertel".

Helmut Peters, Chemiker
Dienstag, 13. März,
19.00 - 21.15 Uhr (3 UStd.)
Schule Wienhausen
Gebühr: 7,00 €

Textiles Gestalten

FL2701
Nähkurs für alle „Fälle"

Ein Loch in der Jacke, die Hose mal wieder zu lang oder ein Riss im Rock ? Und Ihnen fehlen ein paar Kniffe und Tricks? Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig: In entspannter Runde werden Ihnen Hilfen und Anregungen gegeben zum Nähen „für den Hausgebrauch" oder auch für Applikationen, Kissenhüllen, Tischdecken und kleine Geschenke… Alle Ideen werden berücksichtigt.
Sie brauchen nur Ihre funktionstüchtige Nähmaschine, (die Sie schon bedienen können) Stoffe oder Ihr „Vorhaben", eine Schere und Ihr Nähzubehör mitzubringen.

Maren Fink
donnerstags, ab 16. Februar,
19.00 - 22.00 Uhr, 5 Abende (20 UStd.)
Gemeinschaftshaus Bockelskamp
Gebühr: 55,00 € (+ Materialkosten, die mit der Dozentin abgerechnet werden)

FL2702
Die Kunst des Filzens
Wochenendkurs

Farbenfrohe Filzkreationen entstehen aus bunten Wollfasern - ob wärmend, schmückend, dekorativ oder nützlich, Filz erlaubt unserer Fantasie freien Lauf.

Viktoria Rodenwaldt
Freitag, 16. März, 18.00 - 22.00 Uhr
Samstag, 17. März,
10.00 - 18.00 Uhr (15 UStd.)
Wienhausen, Werkstatt der Dozentin, Bungerstr. 2c
Gebühr: 41,30 € (+ Materialkosten, die mit der Dozentin abgerechnet werden)

FL2703

Filzen für Schulkinder mit Eltern/Großeltern
Ferienkurs

Ob Eierwärmer, Flötentasche, Filzbilder oder Blüten hier können Schulkinder mit ihren Eltern oder Großeltern einen „verfilzten" Ferientag verleben.

Viktoria Rodenwaldt
Mittwoch, 28. März,
10.00 - 17.30 Uhr (10 UStd.)
Wienhausen, Werkstatt der Dozentin, Bungerstr. 2c
Gebühr: 41,30 € (+ Materialkosten, die mit der Dozentin abgerechnet werden)
Gebühr bezieht sich auf 1 Erw. und 1 Kind

Sprachen

FL3101
English Conversation

Do you enjoy speaking English just for fun? This course is not about mistakes but about fluency practice. Don´t worry, there will be plenty of support.

Lehrbuch: On the move Conversation Course, Klett - Verlag ISBN 3-12-524154-5

Petra Ketelsen, Sprachtrainerin
dienstags, ab 21. Februar,
17.30 - 19.00 Uhr, 12 Abende (24 UStd.)
Schule Wienhausen
Gebühr: 60,00 €

Gesundheit

FL4101
Entgiften, entschlacken, loslassen

Methoden innerer Reinigung werden Ihnen vorgestellt, mit deren Hilfe Sie gesund und fit sind. Dazu gehören z.B. Heilfasten, Bachblüten, Schüßler-Salze aber auch die Nahrungsumstellung. Auf lange Sicht gesehen sind dies die richtigen Schritte um vital zu bleiben und dem Wohlfühlgewicht wieder näher zu kommen.
Bei Interesse über den Vortrag hinaus, kann sich auch eine Fastengruppe bilden (9. - 16. März).

Bitte Schreibunterlagen mitbringen.

Eva Bailly, Heilpraktikerin, Krankenschwester, Reiki-Lehrerin
Dienstag, 6. März,
19.00 - 21.15 Uhr (3 UStd.)
Schule Wienhausen
Gebühr: 7,00 €

Entspannung und Bewegung

FL4301
Taiji - Qigong und chinesische Selbstmassage

Qigong ist eine mehr als 3000 Jahre alte Selbsthilfemethode aus der traditionellen chinesischen Medizin zur Förderung der Gesundheit. Die chinesische Heilgymnastik hat sich auch bei uns im Westen als leicht anwendbare Hilfe für den stressbelasteten Alltag erwiesen. Durch langsame Bewegungen, Körperhaltungen, Akupressur, Massagen und durch geistige Übungen wird die Lebensenergie aktiviert. Das regt die Immunkräfte an, lockert Verspannungen, stärkt den Rücken, löst Stress, steigert das Wohlbefinden und beugt Krankheiten vor.
In diesem Kurs werden sanfte Qigong-Übungen im Sitzen und Übungen aus dem Taiji-Qigong im Stehen unterrichtet. Die Übungen sind geeignet für Menschen jeder Altersstufe und unabhängig von der jeweiligen Fitness.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, leichte Turnschuhe oder warme Socken.

Marion Schneider, Qigong- und Taiji-Lehrerin
dienstags, ab 14. Februar,
18.00 - 19.00 Uhr, 6 Abende (8 UStd.)
Schule Wienhausen
Gebühr: 20,00 €

FL4302
Gesundheitsschützendes Qigong und chinesische Selbstmassage

In diesem Kurs werden chinesische Selbstmassagen, Regulationsmethoden und Übungen aus dem „Gesundheitsschützendem Qigong" von Prof. Zhang Guangde im Stehen unterrichtet. Professor Zhang von der Sporthochschule Peking entwickelte seine Übungsreihen zur Prävention, Therapie und Rehabilitation chronischer Erkrankungen. Die Übungen in diesem Kurs können helfen, physische Belastungen abzubauen und die Funktionsfähigkeit des Organismus zu verbessern.

Begrenzte Teilnehmerzahl

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, leichte Turnschuhe oder warme Socken.

Marion Schneider, Qigong- und Taiji-Lehrerin
dienstags, ab 14. Februar,
19.15 - 20.15 Uhr, 6 Abende (8 UStd.)
Schule Wienhausen
Gebühr: 20,00 €

Bewegung und Gymnastik

FL4501
Nordic Walking
am Vormittag

Sie suchen einen Sport, der Herz, Kreislauf und Muskeln intensiv trainiert? Dann ist Nordic Walking das richtige Training für Sie. Das schwungvolle, dynamische Gehen

trainiert die Ausdauer sowie Beine, Po und Hüften. Durch den Stockeinsatz kommt die Kräftigung des gesamten Oberkörpers hinzu: Arme-, Schulter-, Brust- und Rückenmuskulatur. Auch für die Fettverbrennung und für Bodyforming ist die Kombination von Ausdauer- und Muskeltraining ideal. Nordic Walking ist eine Sportart ohne Altersbegrenzung.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Laufschuhe und Stöcke.

Birgit Naujok, Übungsleiterin für Gesundheitssport
mittwochs, ab 7. März, 9.00 - 10.00 Uhr, 15 Vormittage (20 UStd.)
Erstes Treffen: Parkplatz Kloster/Sportanlagen in Wienhausen
Gebühr: 50,00 €

FL4502

Wirbelsäulengymnastik

am Vormittag

Durch gezielte Übungen bringen wir unseren Körper wieder ins Gleichgewicht. Schwerpunkte dieses Kurses sind nach der Aufwärmphase:

- gezielte Kräftigung der Muskulatur im Rücken-, Schulter- und Nackenbereich
- effektive Dehnung der unterschiedlichen Körperpartien
- Kräftigung der Bauchmuskulatur
- Massage oder Entspannung für neues Wohlbefinden

Ein abwechslungsreiches Programm sowie Tipps für richtige Bewegungen im Alltag werden vermittelt.

Bitte Gymnastik- oder Trainingsanzug, kleines Kissen und Wolldecke mitbringen.

Rita Fischer, Gymnastiklehrerin
dienstags, ab 7. Februar, 8.30 - 9.30 Uhr, 16 Vormittage (21,3 UStd.)
Gemeinschaftshaus Bockelskamp
Gebühr: 53,30 €

FL4503

Wirbelsäulengymnastik

am Vormittag

Kursinhalt s. o.

Bitte Gymnastik- oder Trainingsanzug, kleines Kissen und Wolldecke mitbringen.

Rita Fischer, Gymnastiklehrerin
dienstags, ab 7. Februar, 9.45 - 10.45 Uhr, 16 Vormittage (21,3 UStd.)
Gemeinschaftshaus Bockelskamp
Gebühr: 53,30 €

FL4504

Wirbelsäulengymnastik

Kursinhalt s. o.

Bitte Gymnastik- oder Trainingsanzug, kleines Kissen und Wolldecke mitbringen.

Rita Fischer, Gymnastiklehrerin
donnerstags, ab 16. Februar,
17.30 - 18.30 Uhr, 16 Abende (21,3 UStd.)
Schule Wienhausen
Gebühr: 53,30 €

FL4505

Wirbelsäulengymnastik

Kursinhalt s. o.

Bitte Gymnastik- oder Trainingsanzug, kleines Kissen und Wolldecke mitbringen.

Rita Fischer, Gymnastiklehrerin
donnerstags, ab 16. Februar,
18.45 - 19.45 Uhr, 16 Abende (21,3 UStd.)
Schule Wienhausen
Gebühr: 53,30 €

FL4506

Gymnastik für Osteoporosebetroffene

Das Risiko, an Osteoporose zu erkranken, steigt besonders bei Frauen ab der Lebensmitte, d.h. die Knochendichte nimmt ab, die Gefahr von Knochenbrüchen erhöht sich. Kommt ein Mangel an Bewegung, falscher Haltung und ein damit verbundener Muskelabbau hinzu, so erhöht sich das Krankheitsrisiko zusätzlich. Daher ist es sinnvoll und notwendig, durch eine gezielte Gymnastik, wie Erwärmung, Lockerung, Kräftigung, Entspannung, Mobilisierung, Lagerung, Geh- und Haltungsschulung entsprechend vorzubeugen.

Bitte mitbringen: Matte, bequeme Kleidung, Turnschuhe, kleines Kissen.

Annemarie Steitzer, Übungsleiterin im Reha- und Gesundheitssport
montags, ab 6. Februar, 16.00 - 17.00 Uhr, 15 Abende (20 UStd.)
Schule Wienhausen
Gebühr: 50,00 €

FL4507

Training der Bauch- und Beckenbodenmuskulatur

Durch ein gezieltes Training der Beckenboden- und Gesäßmuskulatur kann sowohl einer Gebärmutter- als auch einer Blasensenkung vorgebeugt werden. Bei bestehenden Beschwerden werden gute Erfolge erreicht. Dieser Kurs eignet sich für Frauen aller Altersgruppen.

Bitte mitbringen: Matte, bequeme Kleidung, Handtuch, kleines Kissen.

Annemarie Steitzer, Übungsleiterin im Reha- und Gesundheitssport
montags, ab 6. Februar, 17.05 - 18.05 Uhr, 15 Abende (20 UStd.)
Schule Wienhausen
Gebühr: 50,00 €

Kurse in Eicklingen

Junge VHS

FL0901

Englische Zeiten und Grammatik

Wir wiederholen und trainieren die Bildung und den Gebrauch der Zeiten (Gegenwart, Vergangenheit, Zukunft) sowie die wichtigsten Grammatikthemen (if-Sätze, Passiv, Relativsätze). Dazu gibt es sehr viele Übungen.

Petra Ketelsen, Sprachtrainerin
freitags, ab 24. Februar, 16.00 - 17.30 Uhr, 12 Nachmittage (24 UStd.)
Realschule Eicklingen
Gebühr: 60,00 €

FL0902

Tastschreiben für „Kids“

Kinder spielen heutzutage schon sehr früh am Computer. Wenn sie nicht systematisch lernen, die Tastatur zu bedienen, gewöhnen sie sich schnell fasche Schreibtechniken an. Die Umstellung ist dann sehr schwierig. Zu einer optimalen Nutzung des PCs gehört die Beherrschung des Tastenfeldes und der Tastatur.
In diesem Kurs lernen die Kinder und Jugendlichen auf einfache Weise das Tastschreiben am Computer mit dem 10-Finger - Tastsystem. Denn was nützt ein schneller Rechner, wenn man langsame Finger hat?
Ziel des Unterrichts ist es, die Tasten mit dem zugeordneten Finger ohne Blickkontakt betätigen zu können und dabei eine möglichst hohe Schreibsicherheit und Schreibgeschwindigkeit zu erreichen.

Ingrid Schade, Office Managerin
dienstags, ab 28. Februar,
16.00 - 17.30 Uhr, 8 Nachmittage (16 UStd.)
Realschule Eicklingen
Gebühr: 48,00 €

Technik

FL1401

Mein Fahrrad repariere ich selbst



Jetzt beginnt die Fahrradsaison!
Daher ist es wichtig, sein Rad mit kleinen Reparaturen und Wartungsarbeiten verkehrssicher zu machen.
Dieser Kurs vermittelt Ihnen Kenntnisse und Tipps zur Funktion der Lichtanlage, Gangschaltung, Einstellung der Bremsen, Reifenreparatur, Spannen und Auswechseln der Kette und alles was sonst noch zum Fahrrad gehört.
Bringen Sie Ihr Rad mit und los geht's!

Jörg Steinhäuser, Sozialpädagoge
Samstag, 5. Mai, 13.00 - 18.15 Uhr (7 UStd.)
Eicklingen, Fahrradwerkstatt, Mühlenweg 40
Gebühr: 17,50 €

Sprachen

FL3102
Englisch für Anfänger/-innen
am Vormittag

Ein Kurs für alle Erwachsenen, die schon immer Englisch lernen wollten und sich nie so recht getraut haben. In lockerer Atmosphäre fangen wir bei „Null" an.

Lehrbuch: Headway A 1, Student's Book (Cornelsen), ISBN 978-3-06-804360-8, und Workbook , ISBN 978-3-06-804362-2, ab Unit 1

Petra Ketelsen, Sprachtrainerin
donnerstags, ab 23. Februar,
10.00 - 11.30 Uhr, 12 Vormittage (24 UStd.)
Eicklingen, St. Alexander Haus, Mühlenweg 37
Gebühr: 60,00 €

Gymnastik

FL4508
Gymnastik zum Wohlfühlen
Vormittagskurs

Dieser Kurs setzt an Ihren ganz individuellen Trainingsbedürfnissen an, ob Sie trainiert sind oder nicht, ob jung , ob alt, schlank oder mollig spielt hier keine Rolle. Eine ganzheitliche Mischung aus Ausdauer, Koordination, Gleichgewicht, Kräftigung der wichtigsten Muskeln zur Verbesserung der Haltung, Körperwahrnehmung, Beweglichkeit, Atmung und verschiedener Entspannungstechniken sollen Ihre körperliche und seelische Balance fördern.
Nach jeder Übungsstunde werden Sie entspannt und körperlich gestärkt nach Hause gehen.

Bitte bequeme Kleidung, feste Turnschuhe und eine Isomatte mitbringen.

Angela Franke, Übungsleiterin
mittwochs, ab 15. Februar,
10.00 - 11.00 Uhr, 12 Vormittage (16 UStd.)
Eicklingen, Saal des Gasthauses Schumacher
Gebühr: 40,00 €

FL4509
Wirbelsäulengymnastik

Durch gezielte Übungen bringen wir unseren Körper wieder ins Gleichgewicht. Schwerpunkte dieses Kurses sind nach der Aufwärmphase:

- gezielte Kräftigung der Muskulatur im Rücken-, Schulter- und Nackenbereich
- effektive Dehnung der unterschiedlichen Körperpartien
- Kräftigung der Bauchmuskulatur
- Massage oder Entspannung für neues Wohlbefinden

Ein abwechslungsreiches Programm sowie Tipps für richtige Bewegungen im Alltag werden vermittelt.

Bitte Gymnastik- oder Trainingsanzug, kleines Kissen und Wolldecke mitbringen.

Rita Fischer, Gymnastiklehrerin
freitags, ab 10. Februar,
18.30 - 19.30 Uhr, 16 Abende (21,3 UStd.)
Grund- und Hauptschule Eicklingen
Gebühr: 53,30 €

Ernährung / Küche

FL4801
Italienische Küche I

Dieser Kochkurs soll zum Kennen lernen der italienischen Küche dienen, aber auch für Kenner ihrer vielseitigen Genüsse sein. Wir bereiten Antipasti, Pastagerichte, Hauptspeisen und Nachspeisen zu, so dass wir immer ein vier- bis fünfgängiges Menü zusammenstellen, das auch zum Nachkochen für zu Hause geeignet ist.

Bitte ein Küchenhandtuch mitbringen.

Volker Freitag
dienstags, 21. Februar, 6. und 20. März, 17. April sowie Donnerstag, 3. Mai, jeweils 18.30 - 21.30 Uhr, 5 Abende (20 UStd.)
Grund- und Hauptschule Eicklingen
Gebühr: 50,00 € (Die Lebensmittelkosten werden mit dem Dozenten abgerechnet)

FL4802
Italienische Küche II

Wir bereiten einfache, ausgefallene oder weniger bekannte Gerichte selbst zu, so dass wir immer ein mehrgängiges Menü haben. Nudeln, Pizza, Wild, Fleisch, Fisch, Nachspeisen oder verschiedene Beilagen oder Salate – es wird für jeden etwas dabei sein.

Bitte ein Küchenhandtuch mitbringen.

Volker Freitag
Mittwochs, 22. Februar, 7. und 21. März, 18. April sowie 2. Mai, jeweils
18.30 - 21.30 Uhr (5 Abende) (20 UStd.)
Grund- und Hauptschule Eicklingen
Gebühr: 50,00 € (Die Lebensmittelkosten werden mit dem Dozenten abgerechnet)

FL4803
American Easter Brunch

Wir bereiten typische warme und kalte Frühstücks- bzw. Brunchgerichte zu (Brunch = Breakfast + Lunch), die sich sehr gut für Picknicks eignen.

Bitte ein Geschirrtuch und Appetit mitbringen.

Petra Ketelsen
Freitag, 16. März, 19.00 - 22.00 Uhr (4 UStd.)
Grund- und Hauptschule Eicklingen
Gebühr: 10,00 € (+ Lebensmittelkosten, die mit der Dozentin abgerechnet werden)

FL4804
Historisches Brotbacken mit Sauerteig und Hefe
Wochenendkurs

Nach historischen Rezepten bereiten wir Sauerteigbrote zu, aber auch Laugenbrezeln, Kräuterbrote und Pizza.
Den Sauerteigansatz stellen wir selbst her. Natürlich wird nur mit frisch gemahlenem Biovollkornmehl gearbeitet.

Bitte zwei Kastenbackformen und zwei Schraubgläser - wenn vorhanden - mitbringen.

Elisabeth Fischer
Freitag, 4. Mai, 19.00 - 21.15 Uhr
Samstag, 5. Mai, 9.00 - 14.15 Uhr (10 UStd.)
Grund- und Hauptschule Eicklingen
Gebühr: 25,00 € (+ 10,00 - 12,00 € Lebensmittelkosten, die mit der Dozentin abgerechnet werden)

EDV

FL5101
Computer für Anfänger-/innen mit Windows XP
Wochenendkurs

„Ich habe schon mal eingeschaltet - kann auch die Maus benutzen - aber dann...?"
In diesem Wochenendkurs können Sie erfahren, wie Sie den Computer für Ihre Bedürfnisse zweckmäßig einsetzen können. Wir erarbeiten die wichtigsten Grundlagen rund um den PC. Wir beschäftigen uns mit der Benutzung des Windows - Explorers und der Organisation Ihres Arbeitsplatzes; lernen den Aufbau des Textverarbeitungs-Programms Word bzw. Open - Office kennen und werden kleinere Texte gestalten.
Jeder Teilnehmende hat natürlich seinen eigenen PC-Arbeitsplatz.

Ingrid Schade, Office Managerin
Freitag, 2. März, 18.00 - 21.15 Uhr
Samstag, 3. März, 10.00 - 17.00 Uhr
Sonntag, 4. März, 10.00 - 13.15 Uhr (18 UStd.)
Realschule Eicklingen
Gebühr: 54,00 €

FL5501
Internet-Einführung II für Senioren/-innen

Im Mittelpunkt des praxisbezogenen Kurses stehen verschiedene kostenlose Angebote im Internet, die nach einer Einführung in aller Ruhe unter Anleitung ausprobiert werden können. Themen: Spezielle Funktionen des Browsers (Firefox, Internet Explorer) - Anlage und Nutzung einer persönlichen E-Mail-Adresse (web.de, gmx.de) - Anmeldung bei Google und Einführung in die Nutzung von Google-Diensten wie z.B. E-Mail, Fotogalerie (Picasa), Kalender und Google-Books - Vorstellung und Nutzung sozialer Netzwerke wie Facebook, YouTube und Twitter.
Für die Teilnahme an diesem Kurs sind grundlegende Kenntnisse (siehe Kurs FL 5101) im Umgang mit der Benutzeroberfläche unter Windows XP bzw. Windows 7 und eine Teilnahme am Einführungskurs bzw. Grundkenntnisse der Internetnutzung erforderlich. Dieser Kurs ist für Senioren/Innen konzipiert und geht auf die spezifischen Bedürfnisse der Teilnehmenden ein.

Johannes von Freymann, Dipl.-Bibliothekar
dienstags, ab 6. März, 18.00 - 20.15 Uhr, 3 Abende (9 UStd.)
Realschule Eicklingen
Gebühr: 27,00 €

Bei **schriftlichen Anmeldungen** können Sie eine kursbezogene **Einzugsermächtigung** erteilen
➔ auch in den Außenstellen

Kurse in Langlingen

FL4510
Wirbelsäulengymnastik

Durch gezielte Übungen bringen wir unseren Körper wieder ins Gleichgewicht. Schwerpunkte dieses Kurses sind nach der Aufwärmphase:

- gezielte Kräftigung der Muskulatur im Rücken-, Schulter- und Nackenbereich
- effektive Dehnung der unterschiedlichen Körperpartien
- Kräftigung der Bauchmuskulatur
- Massage oder Entspannung für neues Wohlbefinden

Ein abwechslungsreiches Programm sowie Tipps für richtige Bewegungen im Alltag werden vermittelt.

Bitte Gymnastik- oder Trainingsanzug, kleines Kissen und Wolldecke mitbringen.

Rita Fischer, Gymnastiklehrerin
dienstags, ab 7. Februar, 19.00 - 20.00 Uhr, 16 Abende (21,3 UStd.)
Schule Langlingen
Gebühr: 53,30 €



Projekt „Kulturelle KLICKS": „Sport"
Foto: Martin Dobroschke



Haben Sie Anregungen für unsere neue Programmplanung?

Fehlt Ihnen im VHS-Programm ein Thema, ein Kursangebot?

Was wollten Sie uns schon immer mal sagen?

Haben Sie konstruktive, kritische Anmerkungen, die uns helfen können, unsere Qualität als Bildungsträger vor Ort zu entwickeln?

Ihre Vorschläge und Ihre Anregungen sind willkommen und gern verwirklichen wir sie, wenn es möglich ist.

Volkshochschule Hambühren
Außenstelle der VHS Celle

Leitung:
Petra Dettmer
Hechtweg 4a, 29313 Hambühren (Oldau)

Telefon: (0 51 43) 66 79 91
E-Mail: hambuehren@vhs-celle.de

Konto:
Sparkasse Celle (BLZ 257 500 01)
Konto-Nr: 168 564 698

Anmeldung:
montags bis freitags 9:00 – 19:00 Uhr
Auch per Anrufbeantworter oder E-Mail.

Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt, sind verbindlich und verpflichten zur Zahlung der Kursgebühr. Die Kursgebühr ist innerhalb von 14 Tagen nach der Anmeldung unter Angabe der Kursnummer, des Kurstitels und des Semesters auf das o. g. Konto der VHS Hambühren zu überweisen.

Grundsätzlich gelten die Bedingungen der VHS Celle, siehe Programm: Seite 2.

Warten Sie nicht auf eine Benachrichtigung, wenn Sie sich zu einem Kurs angemeldet haben. Nur wenn ein Kurs abgesagt werden muss, erhalten Sie eine Nachricht.



Junge VHS

HA0901
Inline-Skaten für Kids ab 6

Das Skaten von Grund auf und mit der richtigen Technik erlernen und so mit der größtmöglichen Sicherheit fahren, das ist wichtig ... außerdem werden wir mit vielen tollen Spielen, Lachen & Spaß die Stunden genießen!

Bitte Inline Skates, Schutzkleidung, einen Helm (Fahrradhelm) und etwas zum Trinken und ein kleines Brot oder einen Energieriegel mitbringen!

Bei Regenwetter findet ein Ersatz-Sport- u. Spielprogramm in der Turnhalle statt (in diesem Falle bitte Sportkleidung und Schuhe mit heller Sohle mitbringen!)

Birgit Cewe, C-Trainerin Speedskaten, Übungsleiterin Präventionssport
Montag, 2. bis Mittwoch, 4. April, jeweils 09.00 - 11.00 Uhr (8 UStd.)
Haupt- und Realschule, Versonstr. Parkplatz
Gebühr: 20,00 € pro Kind

Recht

HA1501
Richtig erben und vererben

Die gesetzliche Erbfolge kann die unterschiedlichen Verhältnisse nicht berücksichtigen und führt häufig zu vermeidbaren Streitigkeiten unter den Hinterbliebenen. Der Referent erläutert zunächst die gesetzliche Erbfolge - insbesondere von Ehegatten und Kindern. Er zeigt, wer ein Testament braucht, wie dieses errichtet wird, was darin geregelt werden kann und dessen Änderungsmöglichkeiten. Er informiert über die Grenzen der Testierfreiheit, insbesondere durch das Pflichtteilsrecht. Dargestellt werden die Situation und Maßnahmen nach dem Erbfall. Was gehört nicht zum Nachlass? Wann ist eine Ausschlagung überlegenswert und wie erfolgt diese? Erbenhaftung und Erbengemeinschaft; Rechte und Pflichten.

Salzwedel & Partner, Rechtsanwälte
Donnerstag, 19. April, 19.00 - 21.15 Uhr (3 UStd.)
Hambühren, Haupt- und Realschule, Gebäude II, Versonstr.
Gebühr: 7,00 €

Sprachen

HA3101
Englisch
für Wiedereinsteiger/innen



Im Vordergrund stehen das Hören, Verstehen und Sprechen!
Das begleitende Unterrichtsmaterial wird im Kurs vorgestellt.

Bodo Wißler, Realschullehrer
montags, ab 6. Februar,
18.30 - 20.00 Uhr, 12 Abende (24 UStd.)
Haupt- und Realschule, Gebäude II, Versonstr.
Gebühr: 60,00 €

Gesundheit

HA4001
Niemand ist falsch gekleidet!
Farb- und Stilberatung

Niemand ist falsch gekleidet, denn: Wir haben uns unsere Kleidung erarbeitet! Es steckt viel Lebenserfahrung dahinter und das strahlen wir aus. Dennoch fühlen wir uns hin und wieder beim Blick in den Kleiderschrank wie in einer „Sackgasse". Dann genügt oft schon eine kleine Veränderung und es geht uns wieder gut.

Wir brauchen keine „Vorher-Nachher" - Beratung. Eine Stilberatung kann uns helfen, Proportionen besser zu erkennen und auf unseren eigenen Körper umzusetzen. Darüber hinaus unterscheiden wir zwischen warmen und kalten Farben, damit wir diese für uns besser kombinieren und einsetzen können.

Dagmar Ali, Entwurfsdirektrice
Freitag, 13. April, 19.00 - 21.15 Uhr, Samstag, 14. April, 10.00 - 13.00 Uhr (7 UStd.)
Hambühren, Haupt- und Realschule, Gebäude II, Versonstr.
Gebühr: 17,50 €

Vorträge

HA4101
Homöopathe für die ganze Familie

Von A wie Allergie bis Z wie Zahnschmerzen lassen sich viele Beschwerden hervorragend mit Homöopathie behandeln.
Die wichtigsten Mittel werden vorgestellt und ihre Einsatzgebiete besprochen. Dabei liegt der Schwerpunkt auf akuten Situationen und ihrer schnellen Hilfe.

Bitte bringen Sie Schreibunterlagen für Notizen mit.

Eva Bailly, Heilpraktikerin, Krankenschwester, Reiki-Lehrerin
Donnerstag, 19. April, 19.00 - 21.15 Uhr (3 UStd.)
Hambühren, Haupt- und Realschule, Gebäude II, Versonstr.
Gebühr: 8,00 € (inkl. Material)

HA4102
Schüßler-Salze für Frauen

Die zwölf Mineralstoffe nach Schüßler haben sich für uns Frauen in vielfältiger Hinsicht bewährt. Unterstützend beim Abnehmen, hilfreich als Anti-Aging Mittel, gut für die Haut, helfend und heilend bei Frauenbeschwerden, Aufbauend bei Immunschwäche, ausgleichend bei Stress und vieles mehr. Vorstellung der 12 Schüßler-Salze und Anwendungsmöglichkeiten zu frauenspezifischen Themen. Lassen Sie sich inspirieren...

Bitte bringen Sie Schreibunterlagen für Notizen mit.

Eva Bailly, Heilpraktikerin, Krankenschwester, Reiki-Lehrerin
Donnerstag 3. Mai, 19.00 - 21.15 Uhr (3 UStd.)
Hambühren, Haupt- und Realschule, Gebäude II, Versonstr.
Gebühr: 8,00 € (inkl. Kopien)

Entspannung

HA4301
Senioren-Yoga

Im Yoga gibt es keine Anfänger/innen und keine Fortgeschrittenen - kein jung und kein alt. Yoga ist ein Weg, um frei von „anti-aging" bis ins hohe Alter körperlich und geistig beweglich zu bleiben, sich im eigenen Körper wohl zu fühlen. Und das probieren wir gemeinsam aus. Themen sind unter anderem:

- tiefes, ruhiges Atmen
- sicheres Aufstehen und Gehen,
- den Rückenschmerzen zu Leibe rücken um beweglicher zu werden
- Ruhe finden und innerlich lächeln

Besonders willkommen ist, wenn Sie Ihre eigenen Schmerzpunkte nennen und Wünsche äußern.

Bitte bringen Sie eine weiche Unterlage mit - ein Kissen darf auch dabei sein!

Dorothea Bautz, Yogalehrerin SKA, Heilpraktikerin
montags, ab 6. Februar, 16.30 - 17.30 Uhr, 5 Nachmittage (6,7 UStd.)
Hambühren, Haupt- und Realschule, Gebäude II, Versonstr.
Gebühr: 16,70 €



Projekt „Kulturelle KLICKS": Holland-Räder
Foto: Ralf Schumacher

HA4302
Hatha-Yoga für jedermann

Hatha-Yoga ruht auf den 3 Säulen von Atmung - Bewegung - Entspannung.
An den 10 Abenden lernen wir den eigenen Körper mit seiner angeblichen Steifheit und in seinem „Älterwerden" als Freund schätzen und lieben. Die Wünsche der Teilnehmenden stehen an erster Stelle. Ziele sind Zufriedenheit, Ruhe und Wohlbehagen.

Bitte Wolldecke und bequeme Kleidung mitbringen.

Dorothea Bautz, Yogalehrerin SKA, Heilpraktikerin
montags, ab 6. Februar, 18.00 - 19.30 Uhr, 10 Abende (20 UStd.)
Hambühren, Haupt- und Realschule, Gebäude II, Versonstr.
Gebühr: 50,00 €

HA4303
Hatha-Yoga

Ein gesundheitsförderndes Bewegungsangebot für alle, die sich Abstand und Entspannung vom Alltag und einfühlsame Hinführung zu einem angenehmen Abend wünschen.

Bitte Wolldecke und bequeme Kleidung mitbringen.

Dorothea Bautz, Yogalehrerin SKA, Heilpraktikerin
montags, ab 6. Februar, 19.45 - 21.15 Uhr, 10 Abende (20 UStd.)
Hambühren, Haupt- und Realschule, Gebäude II, Versonstr.
Gebühr: 50,00 €

HA4304
Hatha-Yoga

Kursinhalt s. o.

Bitte Wolldecke und bequeme Kleidung mitbringen.

Dorothea Bautz, Yogalehrerin SKA, Heilpraktikerin
dienstags, ab 7. Februar, 16.30 - 18.00 Uhr, 10 Nachmittage (20 UStd.)
Winsen, Grundschule Winsen, Gildesweg 4
Gebühr: 50,00 €

HA4305
Qi Gong: Heilgymnastik und Bewegungsmeditation aus China

Der Kurs ist für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene geeignet. Geübt und gefestigt werden die „18 Übungen für die Gesundheit", außerdem lernen wir die „5 Elemente nach Chungliang Al Huang" kennen. Eine fließende Bewegungsfolge, in der Tanz und Taichi Chuan verschmelzen

Bitte bequeme Kleidung und Gymnastikschuhe mitbringen.

Elisabeth Scholze-Mader, T'ai Chi-/ Qi Gong Lehrerin, Yoga-Lehrerin, Kunsttherapeutin
montags, ab 5. März, 18.15 - 19.45 Uhr, 10 Abende (20 UStd.)
Grundschule Hambühren, Hehlenbruchweg
Gebühr: 50,00 €

Gymnastik / Sport

HA4501
Fitness und Kraft mit Musik

Mit Rhythmus, Musik, Kräftigungs-, Konditions- und Dehnübungen wollen wir das Herz-Kreislauf-System, die Beweglichkeit und Ausdauer trainieren. Spaß und Freude an der Bewegung stehen im Vordergrund und wir runden das Ganze mit wohligen Entspannungsübungen ab.

Falls vorhanden bitte Gymnastikmatte mitbringen.

Birgit Cewe, C-Trainerin Speedskaten, Übungsleiterin Präventionssport
montags, ab 6. Februar, 9.00 - 10.00 Uhr, 16 Vormittage (21,3 UStd.)
Grundschule Oldau
Gebühr: 53,30 €

HA4502
Nordic Walking

Nordic Walking ist nicht nur ein idealer Einstieg in die Fitnesswelt, sondern auch für Menschen mit Gelenk- und Rückenproblemen. Das Gehen mit den Stöcken schont die Gelenke und trainiert den ganzen Körper, regt den Stoffwechsel an und macht schlank. Gleichzeitig werden Verspannungen der Schulter- und Nackenmuskulatur vermieden und bestehende sogar gelockert.
Dieser Kurs bietet Ihnen eine fachkundige Einweisung.

Bitte gutes festes Schuhwerk (vorzugsweise Walkingschuhe) und falls vorhanden Nordic Walking-Stöcke mitbringen.

Birgit Cewe, C-Trainerin Speedskaten, Übungsleiterin Präventionssport
montags, ab 16. April, 10.20 - 11.50 Uhr, 5 Vormittage (10 UStd.)
Treffpunkt an der Grundschule Oldau/ Sportplatz
Gebühr: 25,00 €

HA4503
Gymnastik unter orthopädischem Aspekt

Körperliche (Fehl-)Belastungen, aber auch der Alltagsstress stören das muskuläre Gleichgewicht des Bewegungsapparates und können zu Verspannungen, Schmerzen und letztlich Schäden führen. Daher werden in diesem Kurs Haltungsgewohnheiten bewusst gemacht. Auch sollen durch Dehnungs- und Kräftigungsübungen für die Wirbelsäule und den ganzen Körper bestehende Beschwerden gemindert, bzw. die Wirbelsäule und der Bewegungsapparat funktionsfähig erhalten werden.
Verschiedene Entspannungsübungen lockern die Muskulatur und runden das Programm harmonisch ab.

Bitte Gymnastikmatte, Kissen, Gymnastik-/ Trainingsanzug und warme Socken mitbringen.

Christine Grathwol, Sportlehrerin
dienstags, ab 14. Februar, 16.45 - 17.45 Uhr, 15 Nachmittage (20 UStd.)
Draht-Schulz, Ecke Insterburger Str. 6a/ Sanddornweg
Gebühr: 60,00 €

HA4504
Gymnastik unter orthopädischem Aspekt

Kursinhalt s. o.

Bitte Gymnastikmatte, Kissen, Gymnastik-/ Trainingsanzug und warme Socken mitbringen.

Christine Grathwol, Sportlehrerin
dienstags, ab 14. Februar, 17.50 - 18.50 Uhr, 15 Abende (20 UStd.)
Draht-Schulz, Ecke Insterburger Str. 6a/ Sanddornweg
Gebühr: 60,00 €

HA4505
Gymnastik unter orthopädischem Aspekt

Kursinhalt s. o.

Bitte Gymnastikmatte, Kissen, Gymnastik-/ Trainingsanzug und warme Socken mitbringen.

Christine Grathwol, Sportlehrerin
dienstags, ab 14. Februar, 18.55 - 19.55 Uhr, 15 Abende (20 UStd.)
Draht-Schulz, Ecke Insterburger Str. 6a/ Sanddornweg
Gebühr: 60,00 €

HA4506
Wirbelsäulengymnastik
am Morgen

Fehlende oder einseitige Bewegung prägt heutzutage unser Alltagsleben. Das führt früher oder später zu Schädigungen der Wirbelsäule.
Speziell die Gelenke unseres Stütz- und Bewegungsapparates verarbeiten ständig wechselnde Druck- und Stauchungskräfte. Nur eine belastungsspezifisch anpassungsfähige Muskulatur kann die Gelenke vor solchen Störfaktoren sichern.
Für eine optimale Muskelleistung werden neben der Komponente Kraft eine ausreichende Dehnfähigkeit und das koordinierte Zusammenspiel aller zusammenwirkenden Muskelgruppen geübt.
Eine gezielte Wirbelsäulengymnastik und „wirbelsäulengerechtes" Verhalten im Alltag können Schädigungen vorbeugen bzw. Probleme einer schon geschädigten Wirbelsäule lindern helfen.

Bitte Gymnastikmatte, kleines Kissen, Decke, kleines Handtuch und ggf. Stoppersocken mitbringen.

Carmen Nitsche, Physiotherapeutin
mittwochs, ab 8. Februar, 9.00 - 10.00 Uhr, 16 Vormittage (21,3 UStd.)
Grundschule Oldau
Gebühr: 53,30 €

HA4507
Wirbelsäulengymnastik
am Morgen

Kursinhalt s. o.

Bitte Gymnastikmatte, kleines Kissen, Decke, kleines Handtuch und ggf. Stoppersocken mitbringen.

Carmen Nitsche, Physiotherapeutin
mittwochs, ab 8. Februar, 10.15 - 11.15 Uhr, 16 Vormittage (21,3 UStd.)
Grundschule Oldau
Gebühr: 53,30 €

HA4508
Aufbauendes Rückentraining

Ein ganzheitliches Rückentraining für gezielte Kraft soll für eine gute Haltung sorgen; Beweglichkeit und Stabilität des Hüftgelenkes inklusive. Eine Mischung aus Koordination, Gleichgewicht, Beweglichkeit und Körperwahrnehmung rundet das Programm ab.

Bitte Sportkleidung, Gymnastikmatte und Kissen mitbringen.

Rita Fischer, Gymnastiklehrerin
mittwochs, ab 8. Februar, 17.45 - 18.45 Uhr, 18 Abende (24 UStd.)
Haupt- und Realschule, Gebäude II, Versonstr.
Gebühr: 60,00 €

HA4509
Aufbauendes Rückentraining

Kursinhalt s. o.

Bitte Sportkleidung, Gymnastikmatte und Kissen mitbringen.

Rita Fischer, Gymnastiklehrerin
mittwochs, ab 8. Februar, 19.00 - 20.00 Uhr, 18 Abende (24 UStd.)
Haupt- und Realschule, Gebäude II, Versonstr.
Gebühr: 60,00 €

HA4510
Aufbauendes Rückentraining

Kursinhalt s. o.

Bei **schriftlichen Anmeldungen** können Sie eine kursbezogene **Einzugsermächtigung** erteilen ➔ auch in den Außenstellen

Bitte Sportkleidung, Gymnastikmatte und Kissen mitbringen.

Rita Fischer, Gymnastiklehrerin
mittwochs, ab 8. Februar, 20.10 - 21.10 Uhr, 18 Abende (24 UStd.)
Haupt- und Realschule, Gebäude II, Versonstr.
Gebühr: 60,00 €

HA4511
Pilates
für Anfänger/innen

Täglich fordern wir unseren Körper und belasten ihn einseitig. Stundenlanges Sitzen am Schreibtisch und monotone Aktivitäten belasten einige Muskelgruppen übermäßig und andere kaum.
Hier schafft Pilates einen optimalen Ausgleich. Durch das ganzheitliche Körpertraining werden die Muskeln sanft gestärkt und geformt. Unsere Körperhaltung wird verbessert sowie die Flexibilität und Balance erhöht. Fließende Bewegungen werden im Einklang mit der Atmung konzentriert und genau ausgeführt. Da Sie über die Dauer und Intensität der Übungen selbst entscheiden, spielt Alter und Geschlecht keine Rolle.
Dehn- und Entspannungsübungen runden das Training ab und führen allgemein zu einem verbesserten Körpergefühl.

Bitte Gymnastikmatte und warme Socken mitbringen.

Christine Dieterich, Übungsleiterin für Präventionssport
mittwochs, ab 8. Februar, 18.35 - 19.35 Uhr, 15 Abende (20 UStd.)
Grundschule Oldau
Gebühr: 50,00 €

HA4512
Pilates
für Fortgeschrittene

Wenn Ihnen die Begriffe „Powerhouse" und „Bauchnabel zur Wirbelsäule ziehen" bekannt sind, dann haben Sie bereits mit dem Pilates-Trainingsprogramm erste Erfolge erzielt. Freuen Sie sich auf weiterführende Übungen, die Ihre Muskelkraft fordern und fördern sowie die Rückenmuskulatur stärken.
Dehn- und Entspannungsübungen runden das Training ab und geben ein gutes Körpergefühl.

Bitte Gymnastikmatte und warme Socken mitbringen.

Christine Dieterich, Übungsleiterin für Präventionssport
mittwochs, ab 8. Februar, 17.30 - 18.30 Uhr, 15 Abende (20 UStd.)
Grundschule Oldau
Gebühr: 50,00 €

HA4513
Allgemeine Fitness für Jede/n

Mit diesem Kurs sollen alle angesprochen werden, die sich vielleicht noch nicht für einen speziellen Sport entscheiden können oder wollen. Sie haben die Möglichkeit, verschiedene Bereiche aus Ausdauertraining, Bewegungs- und Haltungsschulung und auch Entspannungs- und Atmungstechnik kennen zu lernen. Hier gilt: Jede/r macht nach seinen persönlichen Möglichkeiten mit!

Bitte mitbringen: bequeme Sportbekleidung, Turnschuhe und Gymnastikmatte, Handtuch und ein kleines Kissen.

Anja Lange-Hohls
dienstags, ab 7. Februar, 10.00 - 11.00 Uhr, 12 Vormittage (16 UStd.)
Draht-Schulz, Ecke Insterburger Str. 6a/ Sanddornweg
Gebühr: 48,00 €

HA4514
Tennis für Einsteiger/innen - jeden Alters

Unter fachlicher Anleitung bietet dieser Kurs einen Einblick in den Tennis-Sport für alle, die Tennis gerne ausprobieren oder altes wieder auffrischen möchten.
Technik-Training (Vorhand, Rückhand, Aufschlag) und Taktik-Technik sollen behutsam erlernt werden.
Schläger, Bälle und Lehrmaterial werden gestellt.

Bitte Sportsachen und Sportschuhe mitbringen.

Martin Scholtz, staatl. gepr. Tennislehrer
dienstags, ab 7. Februar, 19.00 - 20.00 Uhr, 10 Abende (13,3 UStd.)
Hambühren, „Stop and Lob" Tennispark Hambühren
Gebühr: 33,30 €

Küche

HA4801
Liebe geht durch den Magen

Leckere Zutaten, die richtige Rezeptur, ein italienisches Rezept, un po' di pepe und zwei Menschen, die sich mögen.
Ein Kochangebot für Paare - für „neue" und „alte" - die Lust haben, gemeinsam mit anderen netten Paaren zu kochen.

Bitte ein scharfes Messer, Plastikgefäß und Geschirrhandtuch mitbringen.

Domenica Montemurro
Freitag, 10. Februar, 17.30 - 22.00 Uhr (6 UStd.)
Haupt- und Realschule, Gebäude I, Versonstr.
Gebühr: 30,00 € (pro Person, inklusive Lebensmittelkosten)

HA4802
Frühlingsstimmung

Zeit für frisches Gemüse!
Mit den Farben, Aromen und der Leichtigkeit des Frühlings bereiten wir gemeinsam ein italienisches Menü zum Saisonauftakt vor.

Bitte ein scharfes Messer, Plastikgefäß und Geschirrhandtuch mitbringen.

Domenica Montemurro
Freitag, 20. April, 17.30 - 22.00 Uhr (6 UStd.)
Haupt- und Realschule, Gebäude I, Versonstr.
Gebühr: 30,00 € (pro Person, inklusive Lebensmittelkosten)

Hambühren



Tanzen in der VHS

Die DanceDevils bieten eine einzigartige Gelegenheit zum Tanzen

Jeder Abend steht unter einem anderen Tanz-Thema, z.B. Discofox, Rumba, Salsa, Merengue, Tango Argentino, Wiener Walzer und Co.
Tanzlehrer Bernd Gräper gibt Anfängern/innen und Fortgeschrittenen gleichermaßen Schritt-Futter mit einer workshopartigen Einführung in den jeweiligen Tanz. Neben der Anleitung und individuellen Betreuung steht eines selbstverständlich im Vordergrund: Tanzen, Tanzen, Tanzen…
Vorgesehene Termine: 07.01.,21.01.,04.02.,18.02.,03.03.,17.03.,31.03.,14.04., 28.04.,12.05.,26.05.,09.06. und 23.06.2012 jeweils ab 19 Uhr

Mehr erfahren Sie bei Christian Heidemann unter Heidemann@mertins.de oder 0172-3978593. Um Voranmeldung wird gebeten.
Teilnahmebeitrag: ab 6,00 € pro Person (DanceDevils 5,00 €)/Abendkasse

Die VHS Celle Treffpunkt für Tanzfreunde
Die Abende finden in der VHS Celle, Trift 20, 29221 Celle statt.

Volkshochschule Hermannsburg

Außenstelle der VHS Celle

Leitung:
Anette Makus
Sunderstr. 1
29320 Hermannsburg

Telefon: (0 50 52) 9 12 66 26
E-Mail: anett.makus@web.de

Konto:
Volksbank Südheide eG (BLZ 257 916 35)
Kontonummer 1 483 400

Anmeldung:
sind möglich ab dem 13. Januar, telefonisch (AB), persönlich (donnerstags von 16:00-18:00 und freitags von 14:00-16:00 Uhr), schriftlich und per Mail.

Für alle Kurse ist eine rechtzeitige Anmeldung erforderlich. Diese werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt. Persönliche, telefonische oder schriftliche Anmeldungen sind verbindlich und verpflichten zur Zahlung der Kursgebühr.
Die Zahlung der Kursgebühr erfolgt per Überweisung nach dem ersten Kursabend durch Überweisung auf das o.g. Konto. Formulare für die Überweisung der Kursgebühr erhalten Sie am ersten Kursabend vom Dozenten. Die Gebühren für Kurse mit dem Vermerk „Begrenzte Teilnehmerzahl" müssen vorher überwiesen werden!

Grundsätzlich gelten die Bedingungen der VHS Celle, siehe Programm: Seite 2.
Achtung: Warten Sie nicht auf eine Benachrichtigung, wenn Sie sich zu einem Kurs angemeldet haben. Nur wenn ein Kurs abgesagt werden muss, erhalten Sie eine Nachricht.



Mensch und Gesellschaft

Knowhow zur Existenzgründung

Die Existenzgründung als „Unternehmer/in" erfordert Wissen um Fakten und Zusammenhänge. In den folgenden Seminaren werden erfahrene Wirtschafts-Senioren, ehemalige erfolgreiche Unternehmer und Führungskräfte aus Industrie, Handel und Handwerk folgende Themen behandeln:

- Persönliche und fachliche Anforderungen an Existenzgründer/innen
- Unternehmensformen, Gründungsformalitäten, Rechtsgrundlagen von Geschäftsvorgängen
- Erarbeitung eines Gründungskonzeptes - Business-Plans
- Neugründung, Betriebsübernahme, Franchise
- Ermittlung des Kapitalbedarfs, Finanzierung und Finanzierungshilfen
- Buchführung, Kostenrechnung und Kalkulation
- Marketing und Werbemittel, Versicherungen

HE1001

Selbstständig machen - aber wie?

In Zusammenarbeit mit „Alt hilft Jung"-Wirtschaftssenioren Hannover e.V.

Jochen Lauenstein
Freitag, 10. Februar, 17.00 - 21.00 Uhr
Samstag, 11. Februar, 9.00 - 17.00 Uhr (13 UStd.)
Ludwig-Harms-Haus, Harmsstr. 2
Gebühr: 41,00 €



HE1002

Buchhaltung und Steuern - was der Existenzgründer wissen sollte

Vertiefungsseminar zum Kurs „Selbstständig machen - aber wie?"

In Zusammenarbeit mit „Alt hilft Jung"-Wirtschaftssenioren Hannover e.V.

Jochen Lauenstein
Donnerstag, 16. Februar, 17.00 - 21.15 Uhr (5 UStd.)
Ludwig-Harms-Haus, Harmsstr. 2
Gebühr: 16,50 €

HE1003

Flyer, Website, PR-Text - Grundlagen für Existenzgründer und Kleinunternehmer

Wochenendkurs

Wie setze ich mein Marketingbudget gezielt ein? Womit erreiche ich meine KundInnen am besten? Wie schaffe ich es, dass mein Unternehmen in der Öffentlichkeit wahrgenommen wird? Eine gute PR-Strategie sorgt dafür, dass Sie positiv auf sich aufmerksam machen und mit kreativen Ideen aus der Flut von Informationen herausragen. Besonders ein kleiner Etat muss effektiv eingesetzt werden.
Sie lernen, wie Sie Pressearbeit und Marketing gezielt aufbauen, in welchen Fällen Web-2.0 -Strategien eingesetzt werden sollten, wie PR in der Praxis funktioniert und wie Sie mit Ihrem Unternehmensziel die Presse erreichen. Neben den theoretischen Grundlagen erarbeiten Sie in einem Praxisteil ein eigenes PR-Konzept für Ihr Unternehmen. Bei dem Nachbereitungstermin haben Sie dann Gelegenheit, die Umsetzung zu reflektieren und noch einmal nachzujustieren.

Sabine Metzger
Freitag, 20. April, 17.00 - 21.00 Uhr
Samstag, 21. April, 10.00 - 18.00 Uhr
Freitag, 11. Mai, 17.00 - 20.00 Uhr (19 UStd.)
Christian-Gymnasium, Eingang Christianstr.
Gebühr: 52,30 €

Recht

HE1501

Vorsorgevollmacht

mit Betreuungs- und Patientenverfügung

Der Verlust der Fähigkeit, für sich selbst handeln und entscheiden zu können, kann jeden ereilen. Nicht nur das Alter, auch Krankheit oder ein Unfall können es plötzlich notwendig machen, dass eine nahe stehende Person lebenswichtige Entscheidungen übernehmen muss. Für diesen Fall kann man mit einer Vorsorgevollmacht oder einer Patientenverfügung vorsorgen.
Die neuen Gesetzesvorlagen werden berücksichtigt.

Lisa Eichendorf
Dienstag, 7. Februar, 19.30 - 21.00 Uhr (2 UStd.)
Krankenpflegeverein Hermannsburg e.V., Sägenförth 24
Gebühr: 6,00 €

Lebenskunst

HE1903

Business-Knigge für Auszubildende und andere Interessierte

Der sichere und höfliche Umgang mit Anderen trägt zur Selbstsicherheit bei. Zum erfolgreichen Miteinander - beruflich und privat - führt nur gutes Benehmen. Sind meine Umgangsformen, meine Kleidung, meine Form der Anrede, mein Kommunikationsstil, meine Tischmanieren einwandfrei? - Wenn Sie zweifeln, sind Sie in diesem Kurs richtig - Lohnen wird es sich in jedem Fall für Sie.

Eckart Hochhuth
donnerstags, ab 12. April, 19.00 - 21.00 Uhr, 2 Abende (5 UStd.)
Christian-Gymnasium, Eingang Christianstr.
Gebühr: 15,00 €



„Gewaltfreie Kommunikation"
BE 1901 - Außenstelle Bergen

HE 4305 + 4306
WenDO - Selbstverteidigung

Kreatives

HE2701

Kalligrafie - mehr als nur schön schreiben

Ein Kurs zum Einstieg

Thema des Kalligrafietages ist die Gleichstrich-Antiqua - geschrieben mit der Redisfeder. Nach einer Einführung in die Formen und Proportionen der Schrift werden wir spielerisch mit den Buchstabenelementen umgehen. So entstehen Schrift-"Bilder" oder ein interessantes Faltobjekt. Ein Kurs zum Einstieg in die Kunst des schönen Schreibens und ein vielfältiges Betätigungsfeld für Experimentierfreudige. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bitte mitbringen: kariertes Papier (Heft/Block DIN A4), Zeichen- oder Skizzenblock DIN A3, Redisfedern in verschiedenen Breiten mit Halter, farbige Tinten, Bleistift, Lineal, Schere, Radiergummi, Küchenrolle. Federn und Halter sind auch bei der Dozentin erhältlich (ca. 3 €).

Sabine Pfeiffer, Dipl. Grafik-Designerin
Sonntag, 17. Juni, 10.00 - 16.30 Uhr (8 UStd.)
Ludwig-Harms-Haus, Harmsstr. 2
Gebühr: 27,00 € (zuzüglich 3 € Materialgeld, das direkt an die Dozentin zu entrichten ist)

HE2702

Tiere, Tiere, Tiere ...



Pappmasché und was daraus werden kann

Abstrakt oder konkret, kunterbunt oder naturalistisch - Tiere faszinieren uns immer wieder in der Schönheit ihres Körperbaus und ihrer Gestik. In diesem Kurs können Sie ein eigenes aus Zeitungspapier und Kleister formen und anschließend farbig bekleben, um es einem Tierliebhaber zu schenken oder sich täglich selbst an ihm zu freuen.

Anne Glaeßner, Kunsterzieherin
Freitag, 9. März, 19.00 - 22.00 Uhr
Samstag, 10. März, 10.00 - 15.00 Uhr (9 UStd.)
Christian-Gymnasium, Eingang Christianstr.
Gebühr: 30,00 €

HE2703

Aquarell-Malen

Techniken erlernen oder erweitern. Stil ausprobieren, Erfahrungen sammeln und so zum freien Gestalten kommen.
Für Anfänger und Fortgeschrittene.

Bitte mitbringen: Aquarellblock, -farben, -pinsel

Ingried Meyer, Künstlerin
mittwochs, ab 18. April,
19.00 - 21.30 Uhr, 5 Abende (15 UStd.)
Christian-Gymnasium, Eingang Christianstr.
Gebühr: 41,30 €

Textiles Gestalten

HE2704

Spaß am Nähen für alle

Anfänger/-innen können die ersten Schritte an der Nähmaschine machen. Mit fachgerechter Hilfe ist das Nähen von Röcken, Hosen, Taschen oder Blusen gar nicht mehr so schwer. Fortgeschrittene können sich an schwierigere Schnitte wagen und ihr Können erweitern.
Telefonische Anmeldung bei der Dozentin unter (0 50 52) 31 49.

Bitte mitbringen: Schnittmuster oder Modezeitschrift, Papier zum Kopieren, Schere, Maßband, Stecknadeln, Schneiderkreide, passendes Garn, Stoff sowie Nähzubehör: Einlage, Knöpfe, Reißverschlüsse.

Karin Meyer, Schneiderin
dienstags, ab 28. Februar,
19.30 - 21.45 Uhr, 9 Abende (27 UStd.)
Christian-Gymnasium, Eingang Christianstr.
Gebühr: 74,30 €

Musik

HE2801

Akustikgitarre I

für Anfänger/-innen

In diesem Kurs werden die Grundkenntnisse des Gitarre-Spielens vermittelt. Behandelt werden folgende Bereiche:
Aufbau der Gitarre, das Stimmen des Instruments, erste Töne spielen, Grifftechniken, Tabulator, erste Akkorde (Dur und Moll), erste Barré-Akkorde, einfache Schlagmuster, Fingerpicking u.v.m.
Keine Notenkenntnisse erforderlich.

Bitte eigene Gitarre und 6 Euro für Fotokopien mitbringen.

Volker Hahn, Gitarrist
dienstags, ab 7. Februar,
17.45 - 18.45 Uhr, 12 Abende (16 UStd.)
Christian-Gymnasium, Eingang Christianstr.
Gebühr: 44,00 €

„Djembe" und „Cajon" finden Sie in der Außenstelle Faßberg.

Sprachen

HE3101

Englisch VIII

Konversation und Diskussion mit gleichzeitiger Erarbeitung der Grammatik

Lehrbuch: Headway B 1, Part 1, Student`s Book und Workbook (Cornelsen, ISBN 978-3-06-804367-7)) ab Unit 8

Edith Skelton
dienstags, ab 7. Februar,
19.00 - 20.30 Uhr, 12 Abende (24 UStd.)
Christian-Gymnasium, Eingang Christianstr.
Gebühr: 60,00 €

HE3301

Italienisch für die Reise

Dieser Kurs dient Teilnehmenden ohne oder mit geringen Vorkenntnissen als Vorbereitung auf Reisen in Italien oder zum Hineinschnuppern in die italienische Sprache.

Lehrbuch: Italienisch à la carte, (Klett-Verlag, Best.-Nr. 978-3-12-525360-)

Annamaria Binetti
donnerstags, ab 19. April,
18.30 - 20.00 Uhr, 14 Abende (28 UStd.)
Christian-Gymnasium, Eingang Christianstr.
Gebühr: 70,00 €

HE3302

Italienisch II

Für Teilnehmer/-innen mit geringen Vorkenntnissen.

Lehrbuch: Allegro 1 (Klett-Verlag, Best.-Nr. 978-312-525580-7)

Annamaria Binetti
montags, ab 16. April,
18.30 - 20.00 Uhr, 12 Abende (24 UStd.)
Christian-Gymnasium, Eingang Christianstr.
Gebühr: 60,00 €

HE3303

Italienisch III

Für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen aber hoher Lernbereitschaft oder schneller Sprachlernfähigkeit.

Lehrbuch: Allegro 1 (Klett-Verlag, Best.-Nr. 978-312-525580-7)

Annamaria Binetti
dienstags, ab 17. April,
18.30 - 20.00 Uhr, 12 Abende (24 UStd.)
Christian-Gymnasium, Eingang Christianstr.
Gebühr: 60,00 €

HE3304

Italienisch X

Konversation und Diskussion mit gleichzeitiger Erarbeitung der Grammatik

Annamaria Binetti
mittwochs, ab 18. April,
18.30 - 20.00 Uhr, 14 Abende (28 UStd.)
Christian-Gymnasium, Eingang Christianstr.
Gebühr: 70,00 €

Gesundheit

HE4301

„Mit dem Adler gegen den Schmerz"

Die Zilgreimethode

Zilgrei, benannt nach den Begründern Dr. Hans Greissing, Facharzt für Chiropraktik und seiner Patientin Adriana Zillo, ist eine wirksame Methode zur Selbstbehandlung bei Kopfschmerz/Migräne, Rückenschmerzen, Bewegungseinschränkungen aller Gelenke, Arthrose, aber auch zur Linderung von Atemstörungen und Schlafstörungen.
Zilgrei ist leicht zu erlernen und beinhaltet einfache Bewegungen des Kopfes, der Wirbelsäule und aller Gelenke. Die Übungen können im Stehen, Sitzen oder Liegen ausgeführt werden und sind deshalb auch bei stärkeren Bewegungseinschränkungen möglich. Kombiniert mit einer gezielten Atmung (Zilgreiatmung) wird der gesamte Organismus enspannt und es stellt sich oft schon nach wenigen Übungen Schmerzlinderung ein.

Mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, eine Decke

Evelyn Heise, Dipl.Päd.
donnerstags, ab 12. April,
19.00 - 20.30 Uhr, 5 Abende (10 UStd.)
Missionsseminar, Missionsstr. 3
Gebühr: 30,00 €

HE4302
Hatha-Yoga

Die Entspannungstechniken des Yoga helfen uns, Stress zu kontrollieren, sowohl körperlich, wie auch geistig-seelisch. Wer die Kunst der Entspannung beherrscht, besitzt einen Schlüssel zu ganzheitlicher Gesundheit.

Bitte mitbringen: bequeme und warme Sportkleidung, Matte, Decke, kleines Kopf- oder Sitzkissen.

Elisabeth Scholze-Mader, T'ai Chi-/ Qi Gong Lehrerin, Yoga-Lehrerin, Kunsttherapeutin
donnerstags, ab 1. März,
17.45 - 19.15 Uhr, 12 Abende (24 UStd.)
Ludwig-Harms-Haus, Harmsstr. 2
Gebühr: 74,00 €

HE4303
Hatha-Yoga

Kursinhalt s. o.

Bitte mitbringen: bequeme und warme Sportkleidung, Matte, Decke, kleines Kopf- oder Sitzkissen.

Elisabeth Scholze-Mader, T'ai Chi-/ Qi Gong Lehrerin, Yoga-Lehrerin, Kunsttherapeutin
donnerstags, ab 1. März,
19.30 - 21.00 Uhr, 12 Abende (24 UStd.)
Ludwig-Harms-Haus, Harmsstr. 2
Gebühr: 74,00 €

HE4304
Auszeit
Die Feldenkrais-Methode

Mit der Feldenkrais-Methode und kinesiologischen Entstressungstechniken Stress bewältigen und Spannungen lösen.
Sie lassen den Alltag hinter sich und buchen einen Kurzurlaub für Körper, Geist und Seele.
Mit lockeren Schultern, freiem Nacken und entspanntem Rücken nach Hause gehen.
Techniken aus der Kinesiologie zum Stressabbau helfen Ihnen, angenehmer und leichter den Tag zu bewältigen, abends zur Ruhe zu kommen und erholsam zu schlafen.
Bewegungsreisen (ATM) mit „Bewusstheit durch Bewegung" regenerieren Ihren Körper. Sie entspannen Ihre Muskeln. Sie fühlen sich wohl und in ihrem Körper zu Hause. Sie finden sich selbst und Ihre Mitte.

Bitte tragen Sie bequeme, warme Kleidung, bringen eine weiche Unterlage (Matte und Decke) und ein großes Badetuch, das bei Bedarf zu einem Kissen oder zu einer Rolle gefaltet werden kann.

Anne Kapretz, lizensierte Fedenkrais-Lehrerin, Gesundheitspädagogin, HP
montags, ab 27. Februar,
19.30 - 21.45 Uhr, 2 Abende (6 UStd.)
Ludwig-Harms-Haus, Harmsstr. 2
Gebühr: 17,50 €

Selbstverteidigung



HE4305
WenDo-Grundkurs

Selbstvertrauen und Stärke sind Eigenschaften, die in Mädchen und Frauen schlummern und darauf warten, geweckt zu werden. Diese Eigenschaften sind notwendig um sich gegen die Verursacher von Gewalt verbal oder körperlich zur Wehr setzen zu können. WenDo ist kein Kampfsport, kommt ursprünglich aus Kanada und ist speziell nur für Mädchen und Frauen konzipiert. Durch Wahrnehmungs- und Achtsamkeitsübungen, Verteidigungstechniken, Rollenspiele, Atem- und Stimmübungen sowie Anleitungen zum Grenzen spüren und Grenzen setzen, erlangen die Teilnehmerinnen eine Stärkung von Selbstbewusstsein und Selbstsicherheit. Sie werden so befähigt, sich im Vorfeld vor Angriffen und Belästigungen besser zu schützen.

Jana Gabriel, Sozialpsychologin, FB für Psychotraumatologie
mittwochs, ab 22. Februar,
18.30 - 20.00 Uhr, 5 Abende (10 UStd.)
Christian-Gymnasium, Eingang Christianstr.
Gebühr: 25,00 €

HE4306
WenDo-Aufbaukurs

Kursinhalt s. o.

Jana Gabriel, Sozialpsychologin, FB für Psychotraumatologie
mittwochs, ab 18. April,
18.30 - 20.00 Uhr, 5 Abende (10 UStd.)
Christian-Gymnasium, Eingang Christianstr.
Gebühr: 25,00 €

Aqua und Gymnastik

HE4501
Aqua-Fitness
am Abend

Wir nutzen die Vorteile des Wassers für ein umfassendes, gesundheitsorientiertes Ausdauer- und Kräftigungstraining mit Musik.
Bestandteil des Kurses sind neben dem Aquajogging dynamische Bewegungsformen, bei denen ein Großteil der Skelettmuskulatur bewegt wird sowie Kräftigungsübungen (auch die so genannte Problemzonen-Gymnastik).
Alt und Jung können gleichermaßen wie Anfänger/-innen (auch Nichtschwimmer) und Fortgeschrittene sowie Menschen, die unter Übergewicht leiden, ohne Beschwerden gemeinsam trainieren.
Der Kurs ist für Herz- und Kreislaufgeschädigte nicht geeignet.

Bitte mitbringen: Eintrittsgeld und (falls vorhanden) Aqua-Jogger, Hanteln, Fußmanschetten.

Andrea Staiger, Aerobic-Trainerin DTB
donnerstags, ab 9. Februar,
18.00 - 18.45 Uhr, 12 Abende (12 UStd.)
Waldschwimmbad, Lotharstr. 66
Gebühr: 35,00 € (einschließlich Leihgebühr für Trainingsgeräte)

HE4502
Aqua-Fitness
am Abend

Kursinhalt s. o.

Bitte mitbringen: Eintrittsgeld und (falls vorhanden) Aqua-Jogger, Hanteln, Fußmanschetten.

Andrea Staiger, Aerobic-Trainerin DTB
donnerstags, ab 9. Februar,
18.45 - 19.30 Uhr, 12 Abende (12 UStd.)
Waldschwimmbad, Lotharstr. 66
Gebühr: 35,00 € (einschließlich Leihgebühr für Trainingsgeräte)

HE4503
Straffer Bauch und fester Po

Die Gymnastik soll sinnvoll und gezielt den Körper aktivieren, sozusagen Zug um Zug Muskeln, Bänder und Gelenke mobilisieren, um auch bisherige Nicht-Sportler/innen für die Bewegung zu gewinnen.

Bitte mitbringen: Trainingsanzug oder ähnliche sportliche Kleidung und Hallensportschuhe.

Heinke Broders-Schrade, Sportlehrerin
dienstags, ab 7. Februar,
18.30 - 19.30 Uhr, 10 Abende (13 UStd.)
Turnhalle der Grundschule, Lutterweg 18
Gebühr: 32,50 €

HE4504
Wirbelsäulengymnastik

Gezielte Übungen zur Unterstützung der Körperhaltung mit Atem- und Entspannungsübungen. Rückengerechtes Alltagsverhalten, Dehnung und Kräftigung der Muskulatur des Halteapparates und Mobilisierung der Gelenke.

Bitte mitbringen: Trainingsanzug oder ähnliche sportliche Kleidung.

Heinke Broders-Schrade, Sportlehrerin
dienstags, ab 7. Februar,
19.30 - 20.30 Uhr, 10 Abende (13 UStd.)
Turnhalle der Grundschule, Lutterweg 18
Gebühr: 32,50 €

HE4505
Sanfte Wirbelsäulengymnastik

Bitte mitbringen: Trainingsanzug oder ähnliche sportliche Kleidung.

Heinke Broders-Schrade, Sportlehrerin
mittwochs, ab 8. Februar,
18.30 - 19.30 Uhr, 12 Abende (16 UStd.)
Turnhalle der Grundschule, Lutterweg 18
Gebühr: 40,00 €

HE4506
Rücken fit

Bitte mitbringen: Trainingsanzug oder ähnliche sportliche Kleidung.

Heinke Broders-Schrade, Sportlehrerin
mittwochs, ab 8. Februar,
19.30 - 20.30 Uhr, 12 Abende (16 UStd.)
Turnhalle der Grundschule, Lutterweg 18
Gebühr: 40,00 €

HE4507

Pilates am Vormittag

Pilates ist eine einzigartige Trainingsform, deren Betonung auf haltungstechnischem Aufrichten und dem Gleichgewicht von Körper und Geist liegt.
Die Bewegungen werden im individuellen Atemfluss konzentriert und langsam ausgeführt. Das Training ist ein ganzheitliches Workout, das auf sanfte Weise die tief liegende und stabilisierende Muskulatur anspricht und so ein kräftiges Körperzentrum aufbaut. Das Koordinationsvermögen wird verbessert und somit das Körperbewusstsein verstärkt.

Bitte mitbringen: rutschfeste Unterlage, kleines Kissen, evtl. Socken.

Carmen Buhr, Fach-Übungsleiterin
donnerstags, ab 2. Februar,
9.45 - 10.45 Uhr, 12 Vormittage (16 UStd.)
Body&Care, Bahnhofstr. 3
Gebühr: 40,00 €

Küche + Garten

HE4801

Historisches Brotbacken

Im Mittelpunkt dieses Kurses steht das Zubereiten des Sauerteig-Brotes auf traditionelle Art.
Den Sauerteig-Ansatz stellen wir selbst her, und wir backen verschiedene Brot- und Brötchen-Sorten.
Natürlich arbeiten wir mit frisch gemahlenem Bio-Vollkorn-Mehl.

Falls vorhanden bitte 2 große Kasten-Backformen und 2 große Gläser mit Schraubverschluss mitbringen.

Elisabeth Fischer
Freitag, 16. März, 19.00 - 21.00 Uhr
Samstag, 17. März, 9.00 - 14.00 Uhr
(9 UStd.)
Grundschule Hermannsburg, Lutterweg 18
Gebühr: 22,50 € (zuzüglich 8,00 € Lebensmittelkosten, die direkt mit der Dozentin abgerechnet werden)

HE4802

Selbstversorgung aus dem Garten

Ganzjährig frisches gesundes Gemüse aus Ihrem eigenen Garten ist möglich. Aufgrund 30-jähriger eigener Selbstversorger-Gartenpraxis wird Ihnen viel Detailwissen vermittelt über:

- Humuserde, den pflegeleichten Mulchgarten
- den Anbau von Gemüse, Kartoffeln, Salat, Kräutern, Tee, Beerenobst u.v.m.
- Ernte, Lagerung, natürliche Haltbarmachung

Auch in kleinen Stadtgärten lassen sich in Mischkulturen mit ihren Blumen und Hecken einige Gemüse, Kräuter und Beeren zaubern.
Gartenarbeit hat positive Auswirkungen auf Seele und Körper - und schont Ihren Geldbeutel. Die ersten Ernteerfolge werden die Freude am Weitermachen fördern. Sie erhalten Buchempfehlungen und Kopien für Ihren einfachen Einstieg in die Selbstversorger-Gartenpraxis.

Elisabeth Fischer
dienstags, ab 17. April,
19.00 - 21.15 Uhr, 2 Abende (6 UStd.)
Christian-Gymnasium, Eingang Christianstr.
Gebühr: 16,50 €

HE4803

Anlage einer Kräuterspirale und eines Kräutergartens

Frische Kräuter aus dem eigenen Garten geben Ihren Lebensmittelzubereitungen ungeahnte Geschmacksvielfalt und steigern deren gesundheitlichen Wert.
Auf kleinstem Raum (Durchmesser 3-4 Meter, Höhe ca. 1 Meter) entsteht mit der Kräuterspirale die Möglichkeit, 15 bis 20 verschiedene Kräuter (z.T. ganzjährig) jederzeit griffbereit ernten und einsetzen zu können. Der Anblick einer Kräuterspirale ist Freude für Auge und Herz.
Ausführlich werden besprochen:

- die wichtigsten Kräuter
- das Selbstanlegen einer pflegeleichten Kräuterspirale
- die Wandlung von Sanderde in fruchtbare, Wasser haltende Humuserde.

Bei einem durch das Los zu ermittelnden Teilnehmenden bauen wir gemeinsam eine Kräuterspirale.

Bitte Schreibmaterial mitbringen.

Elisabeth Fischer
Mittwoch, 2. Mai, 18.30 - 21.30 Uhr
Praxistag: 12. Mai, 10.00 - 15.15 Uhr
(11 UStd.)
Christian-Gymnasium, Eingang Christianstr.
Gebühr: 30,30 €

HE4804

Sommerliches Vollwert-Büffet

Gäste willkommen!

Ein Büffet ist eine lockere Sache, es lässt sich in Ruhe vorbereiten und besticht durch sein hinreißendes Angebot.
Die Kriterien dafür sind: frische Zutaten, bekömmlich zubereitet, geschmacklich genussvoll und optisch attraktiv.
Salate, Dips, Suppe, gekochte Speisen, Backwaren, Brotaufstriche, Snacks und Desserts erwarten Sie.
Zubereitet wird vollwertig, vegetarisch, einschließlich Eier und Käse.

Bitte Handtücher und scharfe Messer mitbringen.

Karin Weßler, Gesundheitsberaterin (GGB)
donnerstags, ab 19. April,
18.30 - 21.30 Uhr, 2 Abende (8 UStd.)
Hermannsburg, Kirchner Küchenstudio, Celler Str. 53
Gebühr: 48,50 € (inklusive 14,00 € Lebensmittelkosten)
Für diesen Kurs ist die Gebühr mit der Anmeldung zu entrichten

HE4805

Thailändische Küche

Nirgendwo in Asien wird leichter, delikater, bekömmlicher und zugleich so würzig und intensiv gekocht wie in Thailand. Viel Gemüse und Kräuter geben Duft und Farbe, wenig Fett und tierische Lebensmittel machen das Essen so bekömmlich und – ob feurig, scharf oder samtig mild, ob etwas ausgefallen oder ganz einfach – bei der Fülle von Rezepten kommen alle Genießer auf den Geschmack.



Projekt „Kulturelle KLICKS": „Esskultur"
Foto: Martin Dobroschke

Panprapai Vieth
donnerstags, ab 16. Februar, 18.30 - 21.30 Uhr, 3 Abende (12 UStd.)
Grundschule, Lutterweg 18
Gebühr: 30,00 € (zuzüglich 30,00 € Lebensmittelkosten, die mit der Dozentin abgerechnet werden)

HE4806

La mia cucina italiana

Italienisch Kochen und Genießen

Von antipasti bis dolci - traditionelle italienische Küche, abseits von Pizza und Spaghetti Bolognese. Nicht nur - aber auch für Männer! Über vier Abende werden wir uns ein komplettes italienisches Menü zaubern.
Lust auf Sommer, Sonne, Lebensfreude

Bitte mitbringen: Keine Vorkenntnisse (schaden aber auch nicht), Kreativität, Spontanität und Spaß am Teamwork, ferner ein scharfes Messer, Geschirrtuch und wer will eine Schürze.

Wolfgang Colling
montags, 13. Februar - 1. März,
19.00 - 22.00 Uhr, 4 Abende (16 UStd.)
Grundschule, Lutterweg 18
Gebühr: 40,00 € (Lebensmittelkosten von 35,00 € sind am ersten Abend direkt an den Dozenten zu entrichten.)

Nutzen Sie unser Internet

www.vhs-celle.de

unter **„Über uns"** finden Sie unser Leitbild und unsere Teilnahmebedingungen für Celle und alle Außenstellen

Volkshochschule Samtgemeinde Lachendorf

Außenstelle der VHS Celle

Leitung:
Christel Charbonnier-Brinkmann
Stralsundstr. 5, 29331 Lachendorf

Telefon: (0 51 45) 81 10
E-Mail: lachendorf@vhs-celle.de

Konto:
Volksbank Südheide eG (BLZ 257 916 35)
Kontonummer 800 999 600

Anmeldung:
Freitag, 13. bis Freitag, 27. Januar, montags, dienstags, mittwochs und freitags von 16.00 Uhr bis 18.30 Uhr sowie donnerstags von 19.00 Uhr bis 20.30 Uhr.

Anmeldungen sind auch noch nach dem 27. Januar auf Band jederzeit möglich.

Unterrichtsorte:
Realschule Lachendorf, Im Südfeld 6,
Geschwister-Scholl-Schule, Im Südfeld 2,
Gymnasium Lachendorf, Alter Postweg 1,
Grundschule Lachendorf, Nikolaus-Lenau-Weg 17
Ev.-luth. Kirchengemeinde Arche Noah, Brömmerkamp 10,
Sportcenter Lachendorf, Jarnser Str. 46,
Krankengymnastikpraxis Gottschalk, Ackerstr. 7.
Zahnarztpraxis Trumann, Ahnsbecker Str. 3

Für alle Kurse ist eine Anmeldung per Telefon oder E-Mail erforderlich. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt. Persönliche, telefonische und elektronisch übermittelte Anmeldungen sind verbindlich und verpflichten zur Zahlung der Kursgebühr.
Die Kursgebühr ist unter Angabe der Kursnummer, des Kurstitels und des Semesters auf das o.g. Konto zu überweisen. Formulare hierfür erhalten Sie in der Geschäftsstelle oder am ersten Kursabend.

Grundsätzlich gelten die Bedingungen der VHS Celle, siehe Programm: Seite 2.

Warten Sie nicht auf eine Benachrichtigung, wenn Sie sich zu einem Kurs angemeldet haben. Nur wenn ein Kurs abgesagt werden muss, erhalten Sie eine Nachricht.

Junge VHS

LA0901
Inline-Skaten für Kinder
Schnupperkurs für Anfänger/-innen von 6 bis 10 Jahren in den Osterferien

Für alle Kinder, die Spaß am Inline-Skaten haben und spielerisch die Technik und das Bremsen lernen möchten.

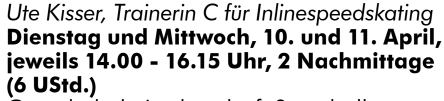
Bitte bringt Turnschuhe, Knie-, Ellenbogen- und Handschützer, Fahrradhelm, ein Getränk und eure Inline-Skates mit.

Ute Kisser, Trainerin C für Inlinespeedskating
Dienstag und Mittwoch, 10. und 11. April, jeweils 10.00 - 12.15 Uhr, 2 Vormittage (6 UStd.)
Grundschule Lachendorf, Sporthalle
Gebühr: 15,00 €

LA0902
Inline-Skaten für Kinder
Schnupperkurs für Anfänger/-innen von 6 bis 10 Jahren in den Osterferien

Für alle Kinder, die Spaß am Inline-Skaten haben und spielerisch die Technik und das Bremsen lernen möchten.

Bitte bringt Turnschuhe, Knie-, Ellenbogen- und Handschützer, Fahrradhelm, ein Getränk und eure Inline-Skates mit.



Ute Kisser, Trainerin C für Inlinespeedskating
Dienstag und Mittwoch, 10. und 11. April, jeweils 14.00 - 16.15 Uhr, 2 Nachmittage (6 UStd.)
Grundschule Lachendorf, Sporthalle
Gebühr: 15,00 €

Garten

LA1301
Lady Gardeners - englische Gartenparadiese aus Frauenhand

England ist bekannt als das Land der traumhaften Gärten. Hecken- und mauergesäumte Gartenräume werden durch Blütenstauden zu farbenprächtigen Orten mit eigener Ausstrahlungskraft. Wegebegleitend zeigen die typischen „Mixed Borders“ prächtiges Pflanzenwachstum in wunderschönen Kompositionen. Oft steckt die lenkende Hand der Hausherrin dahinter, die hier kreativ gestaltet und lenkend in das Pflanzenwachstum eingreift. In diesem Vortrag sehen Sie einige der bekannteren englischen Gärten sowie kleinere private Hausgärten, die den großen, klassischen Anlagen in nichts nachstehen.

Ellen Bielert, Dipl.-Ing. Landschafts- und Freiraumplanung
Dienstag, 6. März,
18.30 - 21.30 Uhr (4 UStd.)
Realschule Lachendorf
Gebühr: 10,00 €

LA1302
Kräuter für den Garten

Viele der gern in der Küche verwendeten Kräuter lassen sich problemlos im Garten kultivieren. Neben den Einjährigen wie Basilikum, Dill oder Kerbel, die jedes Jahr neu ausgesät werden müssen, gibt es eine Vielzahl winterharter Stauden. Diese erfreuen uns jedes Jahr wieder mit ihren würzigen Blättern. Dazu kommen die attraktiven Blüten, die uns durch ihren Duft bezaubern und eine Vielzahl von Insekten anlocken. Welche Kräuter geeignet sind und wie sie auf traditionelle Weise oder ganz originell den Garten bereichern können, zeigt Ihnen dieser Kurs.

Ellen Bielert, Dipl.-Ing. Landschafts- und Freiraumplanung
Mittwoch, 18. April,
18.30 - 21.30 Uhr (4 UStd.)
Realschule Lachendorf
Gebühr: 10,00 €

Kreatives Gestalten

LA2401
Aquarellmalerei

Dieser Kurs soll die Fähigkeiten in der Aquarellmalerei auffrischen und den Teilnehmenden Neues vermitteln. Für Anfänger/-innen bietet der Kurs einen guten Einstieg in die Aquarellmalerei mit spielerischen Farbstudien in den Grundtechniken und an einfachen Bildmotiven.
Die erfahreneren Teilnehmenden können sich mit einem bestimmten Thema beschäftigen und auch neue technische Kombinationen und Gestaltungen ausprobieren.

Vorhandenes Aquarell- und Skizzenmaterial bitte mitbringen. Eine genaue Materialinformation erfolgt am ersten Kursabend.

Monika Dittrich
mittwochs, ab 22. Februar,
18.45 - 21.00 Uhr, 8 Abende (24 UStd.)
Gymnasium Lachendorf, Kunstraum, Eingang Sporthalle
Gebühr: 66,00 €

LA2501
Einführung in die Mosaiktechnik
Wochenendkurs

Sie bekommen einen Einblick in die Mosaikkunst und erlernen die Mosaiktechnik, indem Sie eine Schale, Brett, Tischlampe, Spiegel oder Windlicht selbst verzieren. Wählen Sie aus verschiedenen Materialien, wie z. B. Glas, Keramik oder Fliesen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Zum ersten Treffen bitte mitbringen: Schürze, Gummihandschuhe

Silke Heidmann
Freitag, 20. April, 19.00 - 22.00 Uhr,
Samstag, 21. April, 10.00 - 16.45 Uhr
Sonntag, 22. April, 10.00 - 13.00 Uhr
(16 UStd.)

Lachendorf, Räume der Dozentin, Buntspechtweg 38
Gebühr: 48,00 € (+ 20,00 € Materialkosten, die direkt mit der Dozentin abgerechnet werden)



Ein Zusatzkurs kann eingerichtet werden (4. - 6. Mai)

LA2601

Kreative Schachteln für verschiedene Anlässe

Wir gestalten Schachteln mit Hilfe von Schablonen als kleine Verpackung oder für Geldgeschenke (z. B. für Konfirmation, Hochzeit, Geburtstag etc.). Wählen Sie aus verschiedenen Papieren Ihre ganz individuellen Modelle aus.
Arbeitsmaterial wie Schere, Kleber usw. werden von der Dozentin zur Verfügung gestellt. Papier zum Herstellen der Schachteln können bei der Dozentin im Kurs erworben werden.

Katrin Schrader
dienstags, ab 7. Februar,
18.30 - 20.00 Uhr, 2 Abende (4 UStd.)
Geschwister-Scholl-Schule Lachendorf
Gebühr: 11,00 €



LA2602

Floristik mit Naturmaterialien zur Frühjahrs- und Osterzeit

Holen Sie sich den Frühling ins Haus: Trendige Dekoideen in frischen, frühlingshaften Farben stehen im Mittelpunkt dieses Kurses. Aus verschiedensten Naturmaterialien und viel frischem Grün entstehen österliche Körbe, Töpfe, Schalen und Türkränze.
Viele Materialien können von der Dozentin gegen einen kleinen Unkostenbeitrag zur Verfügung gestellt werden.

Zum ersten Treffen bitte mitbringen: Verschiedene Materialien (Buchsbaum, Blaubeerkraut, Weidenzweige, Blumenzwiebeln, Eierschalen), Klebepistole, Gartenschere, Drahtzange.

Olga Demuth
mittwochs, ab 7. März,
19.00 - 21.00 Uhr, 3 Abende (8 UStd.)
Geschwister-Scholl-Schule Lachendorf, Werkraum, Eingang Neuer Schulweg
Gebühr: 22,00 €

Textiles

LA2701

Verschiedene Sticktechniken

Zauberhafte Handarbeiten entstehen aus edlen Materialien wie reinem Leinen und hochwertigen Baumwollstoffen. Im Mittelpunkt des Kurses stehen Sticktechniken, wie z.B. Schwälmer Stickerei, Weißstickerei, Schattenstich, Ajour, Nadelspitze, Schwarzsticken, Myreschkastickerei, Monogramme, Masurenstickerei, Russischer Hohlsaum, Kreuz- und Makrameestich.

Zum ersten Treffen bitte mitbringen: Stickschere, Stecknadeln, Maßband und Heftgarn.

Dorothee Ziebarth
donnerstags, ab 9. Februar,
19.15 - 21.30 Uhr, 5 Abende (15 UStd.)
Realschule Lachendorf
Gebühr: 41,30 €

Musik

LA2801

Gitarre II

für Anfänger/-innen, Erwachsene und Jugendliche ab 16 Jahren mit Vorkenntnissen

Nach einer Wiederholung der erlernten Grundakkorde spielen wir weitere Lieder mit bekannten Akkorden. Dazu kommen dann neue Akkorde und erste Zupfmuster. Einfache Melodien nach Noten (ein paar Notenkenntnisse sind erwünscht) ermöglichen es, das Instrument auch einmal auf eine andere Art kennen zu lernen

Mitzubringen sind: Eigene Gitarre, Schreibzeug, falls vorhanden eine Fußbank.

Gisela Kuhls, Gitarrenlehrerin
mittwochs, ab 8. Februar,
18.30 - 20.00 Uhr, 10 Abende (20 UStd.)
Realschule Lachendorf
Gebühr: 55,00 €

Sprachen

LA3101

Englisch V

für Anfänger/-innen mit leichten Vorkenntnissen

Lehrbuch: Headway A 2 Student's Book (Cornelsen, ISBN 978-3-06-804364-6) und Workbook (Cornelsen, ISBN 978-3-06-804366-0), ab Unit 3

Dr. Anke Heins
donnerstags, ab 9. Februar,
16.00 - 17.30 Uhr, 15 Nachmittage (30 UStd.)
Realschule Lachendorf
Gebühr: 75,00 € (Fotokopien werden direkt mit der Dozentin abgerechnet)

LA3102

Conversational English

Interessante Themen von persönlichen Erlebnisberichten bis zu aktuellem Tagesgeschehen sollen zum Austausch in englischer Sprache anregen.

Dr. Anke Heins
donnerstags, ab 9. Februar,
17.30 - 19.00 Uhr, 15 Abende (30 UStd.)
Realschule Lachendorf
Gebühr: 75,00 € (Fotokopien werden direkt mit der Dozentin abgerechnet)

LA3103

Brush up your English

Auffrischungskurs für alle, deren Schulenglisch (bis Klasse 10) in Vergessenheit geraten ist. Alle Bereiche werden wiederholt und durch Diskussionen, Rollenspiele sowie Kurzgeschichten erweitert.

Lehrbuch: Fairway Refresher A 2, Klett-Verlag, ISBN 978-3-12-501470-1, ab Unit 4

Dr. Anke Heins
donnerstags, ab 9. Februar,
19.10 - 20.40 Uhr, 15 Abende (30 UStd.)
Realschule Lachendorf
Gebühr: 75,00 € (Fotokopien sind mit der Dozentin abzurechnen)

Gesundheit

LA4101

12 Mineralsalze für unsere Gesundheit

Dr. Schüßlers Biochemie

Es gibt im Körper keinen Vorgang, keine Veränderung, keine Leistung, ohne dass nicht auch Mineralstoffe gebraucht und verbraucht werden. Allerdings wird unsere Nahrung immer ärmer an Mineralstoffen. Mit den Mineralstoffen nach Dr. Schüßler kann dieser Mangel ausgeglichen werden.

An diesem Abend lernen Sie die Bedeutung und Wirkungsweisen von Mineralstoffen kennen.

Juliane Glette
Dienstag, 6. März, 18.30 - 20.45 Uhr (3 UStd.)
Realschule Lachendorf
Gebühr: 7,00 €

LA4301
Qi Gong

Qi = Lebensenergie + Gong = Erarbeitetes bedeutet sinngemäß: Lebensenergie kultivieren. Intensives Atmen, sanfte Bewegung und Versinken im Verschmelzen von Atmung und Bewegung.
Qi Gong regelmäßig ausgeübt, kräftigt die körperliche Vitalität, stärkt die geistige Konzentrationsfähigkeit und hilft, mental zu entspannen, „innerlich zur Ruhe zu kommen".
Wir erarbeiten uns eine komplette Übungsfolge des Stillen (Wudang) sowie eine Folge des Dynamischen Qi Gong.
Auch für Neueinsteiger, ältere und nicht so sportliche Menschen geeignet.

Bitte bequeme Kleidung und leichte Turnschuhe mitbringen

Karsten Fiedler, Dipl.-Sozialpädagoge, Qi Gong- und T'ai Chi Chuan Lehrer
dienstags, ab 14. Februar,
19.00 - 20.00 Uhr, 10 Abende (13,3 UStd.)
Realschule Lachendorf, Forum
Gebühr: 33,30 €

LA4302
Hatha-Yoga
Körperübungen - Atemübungen - Entspannung

Durch einfache Yoga- und Atemübungen wollen wir den Wechsel zwischen Anspannung und Entspannung, Aktivität und Ruhe, Beweglichkeit und Innehalten üben.

Bitte bequeme und warme Sportkleidung, Socken, Matte und Decke mitbringen.

Astrid Berwald, Yogalehrerin, BDY/EYU
mittwochs, ab 8. Februar,
17.15 - 18.45 Uhr, 20 Abende (40 UStd.)
Arche Noah, Lachendorf
Gebühr: 110,00 €

LA4303
Yoga - Grundstufe

Yoga ist ein aus Indien stammendes Übungssystem zur Förderung von Wohlbefinden und psychosomatischem Gleichgewicht. Durch regelmäßiges Üben über einen längeren Zeitraum wird der Körper aktiviert, wo er zu passiv war, gestärkt, wo er zu schwach war, gedehnt, wo er verkürzt war und beruhigt, wo er zu aktiv war. Dabei ist das Vorgehen von den eigenen körperlichen Grenzen bestimmt. Die Vergrößerung der körpernahen Wahrnehmung, die freiere Atmung und die entspanntere Konzentration ermöglichen es, das Nervensystem zu beruhigen, die Durchblutung zu verbessern und mehr psychosomatisches Wohlbefinden zu erreichen.
Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende ohne oder mit geringen Vorkenntnissen. Erlernt werden grundlegende Haltungs- und Bewegungsmuster im Stehen, Sitzen und Liegen.

Bitte bequeme Kleidung, eine rutschfeste Gymnastik- oder Yogamatte und zwei Decken mitbringen.

Inga Trumann, Yogalehrerin (YF)
mittwochs, ab 8. Februar,
18.00 - 19.30 Uhr, 20 Abende (40 UStd.)
Zahnarztpraxis Trumann, Ahnsbecker Str. 3, Lachendorf
Gebühr: 110,00 €

LA4304
Yoga - Grundstufe

Kursinhalt s. o.

Bitte bequeme Kleidung, eine rutschfeste Gymnastik- oder Yogamatte und zwei Decken mitbringen.

Inga Trumann, Yogalehrerin (YF)
mittwochs, ab 8. Februar,
20.00 - 21.30 Uhr, 20 Abende (40 UStd.)
Zahnarztpraxis Trumann, Ahnsbecker Str. 3, Lachendorf
Gebühr: 110,00 €

LA4305
Yoga - Grundstufe
am Vormittag

Kursinhalt s. o.

Bitte bequeme Kleidung, eine rutschfeste Gymnastik- oder Yogamatte und zwei Decken mitbringen.

Inga Trumann, Yogalehrerin (YF)
freitags, ab 3. Februar,
9.30 - 11.00 Uhr, 20 Vormittage (40 UStd.)
Zahnarztpraxis Trumann, Ahnsbecker Str. 3, Lachendorf
Gebühr: 110,00 €

Bewegung und Gymnastik

LA4501
Aufbauendes Rückentraining

Gezielte Übungen tragen zur Kräftigung und Stabilisierung der Rückenmuskulatur bei. Ein wirbelsäulengerechtes Verhalten für das tägliche Leben wird vermittelt.

Bitte Sportzeug, Turnschuhe, eine Matte und ein kleines Kissen mitbringen.

Ulrike Schärfl, Gymnastiklehrerin
mittwochs, ab 8. Februar,
16.45 - 17.45 Uhr, 10 Abende (13,3 UStd.)
Gymnasium Lachendorf, Sporthalle
Gebühr: 33,30 €

LA4502
Aufbauendes Rückentraining
für Männer

Kursinhalt s. o.

Bitte Sportzeug, Turnschuhe, eine Matte und ein kleines Kissen mitbringen.

Ulrike Schärfl, Gymnastiklehrerin
mittwochs, ab 8. Februar,
17.45 - 18.45 Uhr, 10 Abende (13,3 UStd.)
Gymnasium Lachendorf, Sporthalle
Gebühr: 33,30 €

LA4503
Wirbelsäulengymnastik
am Vormittag

Kursinhalt s. o.

Bitte Sportzeug, Turnschuhe, eine Matte und ein kleines Kissen mitbringen.

Birgit Naujok, Übungsleiterin für Gesundheitssport
donnerstags, ab 2. Februar,
9.00 - 10.00 Uhr, 21 Vormittage (28 UStd.)
Arche Noah, Lachendorf
Gebühr: 77,00 €

LA4504
Wirbelsäulengymnastik
am Vormittag

Kursinhalt s. o.

Bitte Sportzeug, Turnschuhe, eine Matte und ein kleines Kissen mitbringen.

Birgit Naujok, Übungsleiterin für Gesundheitssport
donnerstags, ab 2. Februar,
10.00 - 11.00 Uhr, 21 Vormittage (28 UStd.)
Arche Noah, Lachendorf
Gebühr: 77,00 €

LA4505
Training der Bauch- und Beckenmuskulatur

Durch ein gezieltes Training der Beckenboden- und Gesäßmuskulatur kann sowohl einer Gebärmutter- als auch einer Blasensenkung vorgebeugt werden. Bei bestehenden Beschwerden werden gute Erfolge erzielt.
Dieser Kurs eignet sich für Frauen aller Altersgruppen.

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe, kleines Kissen, Handtuch und eine Decke/Matte mitbringen.

Annemarie Steitzer, Übungsleiterin im Reha- und Gesundheitssport
donnerstags, ab 9. Februar,
18.00 - 19.00 Uhr, 10 Abende (13,3 UStd.)
Realschule Lachendorf, Forum
Gebühr: 33,30 €

LA4506
Rückengymnastik mit sanfter Nackenschule

Das ganzheitliche Konzept dieses Kurses spricht nicht nur den mittleren und unteren Rücken an, sondern geht insbesondere auf die Probleme im Schulter-/Nackenbereich ein.
Neben der Kräftigung des Rückens werden sehr viele Übungen zur Wahrnehmung, Lockerung und Entspannung durchgeführt.

Bitte rutschfeste Unterlage, ein kleines Kissen, Turnschuhe und Sportkleidung mitbringen.

Ingrid Brandes, Übungsleiterin für Reha- und Präventionssport
dienstags, ab 7. Februar,
18.00 - 19.30 Uhr, 12 Abende (24 UStd.)
Praxis Gottschalk, Ackerstr. 7, Lachendorf
Gebühr: 66,00 €

LA4507

Präventive Gymnastik für Osteoporosebetroffene

am Vormittag

Immer mehr Menschen sind ab der Mitte ihres Lebens von der Osteoporoseerkrankung betroffen, d.h. die Knochen werden porös, es folgt ein erhöhtes Risiko für Knochenbrüche. Bewegungsarmut - als falsche Schonhaltung - fördert zusätzlich den Abbau der Muskulatur.
Die ganzheitliche Körpergymnastik dieses Kurses zielt darauf ab, Erwärmung, Lockerung, An- und Entspannung, Dehnung, Kräftigung, Mobilisierung, Lagerung, Geh- und Haltungsschulung zu erfahren.

Bitte rutschfeste Unterlage, ein kleines Kissen, Turnschuhe und Sportkleidung mitbringen.

Ingrid Brandes, Übungsleiterin für Reha- und Präventionssport
mittwochs, ab 8. Februar,
8.45 - 9.45 Uhr, 12 Vormittage (16 UStd.)
Arche Noah, Lachendorf
Gebühr: 44,00 €

LA4508

Präventive Gymnastik für Osteoporosebetroffene

am Vormittag

Kursinhalt s. o.

Bitte rutschfeste Unterlage, ein kleines Kissen, Turnschuhe und Sportkleidung mitbringen.

Ingrid Brandes, Übungsleiterin für Reha- und Präventionssport
mittwochs, ab 8. Februar,
9.45 - 10.45 Uhr, 12 Vormittage (16 UStd.)
Arche Noah, Lachendorf
Gebühr: 44,00 €

LA4509

Kniefitness und Knieschule

am Vormittag

Dieser Kurs richtet sich an alle, die schon Bekanntschaft mit Kniebeschwerden gemacht haben und an all jene, die diese Erfahrung erst gar nicht machen wollen!
Das gymnastische Übungsprogramm hat drei wichtige Ziele:

- Training der Beinmuskulatur, um das Kniegelenk bei Belastung und Bewegung zu stabilisieren,
- Verbesserung der Beweglichkeit, wenn z.B. durch arthrotische Veränderungen (Verschleiß) die Beweglichkeit eingeschränkt ist,
- Erlernen von gelenkschonendem Verhalten beim Sport und im Alltag.

Bitte rutschfeste Unterlage, ein kleines Kissen, Turnschuhe und Sportkleidung mitbringen.

Ingrid Brandes, Übungsleiterin für Reha- und Präventionssport
mittwochs, ab 8. Februar,
10.50 - 11.50 Uhr, 12 Vormittage (16 UStd.)
Arche Noah, Lachendorf
Gebühr: 44,00 €

LA4510

Fitnessgymnastik

mit viel Musik

Gezielte Übungen für Bauch, Beine, Po verbessern Ausdauer, Beweglichkeit und Körperhaltung.

Bitte bequeme Kleidung, festes Schuhwerk und eine Matte mitbringen.

Diana Berner-Wottke, Übungsleiterin B, Sport in der Prävention
montags, ab 6. Februar,
18.45 - 19.45 Uhr, 18 Abende (24 UStd.)
Realschule Lachendorf, Forum
Gebühr: 60,00 €

LA4511

Ausgleichs- und Fitnessgymnastik

Ein vielseitiges Power-Gymnastiktraining mit Schwerpunkt der Problemzonen Bauch, Beine, Po zur Verbesserung und Stärkung des gesamten Bewegungsapparates.

Bitte bequeme Kleidung, Turnschuhe und eine Matte mitbringen.

Ulrike Schärfl, Gymnastiklehrerin
mittwochs, ab 8. Februar,
19.00 - 20.00 Uhr, 10 Abende (13,3 UStd.)
Sportcenter Lachendorf, Jarnser Str. 46
Gebühr: 36,60 €

Küche

Für die folgenden Kurse im Bereich Kochen:
Bei Abmeldungen, die später als 3 Werktage vor Kursbeginn erfolgen, müssen die Lebensmittelkosten für den ersten Abend berechnet werden.

LA4801

„Frühlingsküche“

Zeit für frisches Gemüse! Mit den Farben, Aromen und der Leichtigkeit des Frühlings bereiten wir gemeinsam ein italienisches Menü zum Saisonauftakt vor.

Bitte ein scharfes Messer, Plastikdosen und Geschirrhandtuch mitbringen

Domenica Montemurro
Freitag, 4. Mai, 17.30 - 22.00 Uhr (6 UStd.)
Geschwister-Scholl-Schule Lachendorf, Küche, Eingang Neuer Schulweg
Gebühr: 30,00 € (inklusive Lebensmittelkosten)
Die Gebühr ist gleichzeitig mit der Anmeldung zu überweisen



Ein Zusatzkurs kann eingerichtet werden (Freitag, 11. Mai)

LA4802

Türkische Küche

Man nimmt sich Zeit zum Essen. Ein türkischer Koch, eine türkische Köchin hält sich nicht an starre Rezepte, sondern bereitet mit Fantasie zu, was der Markt zur Zeit bietet. So werden wir die türkischen Kochabende gestalten und genießen!

Bitte mitbringen: ein scharfes Küchenmesser, Geschirrtuch, Transportgefäße

Füsun Meyer, Lehrerin
Mittwoch, 18. April und 2. Mai,
jeweils 18.30 - 21.30, 2 Abende (8 UStd.)
Geschwister-Scholl-Schule Lachendorf, Küche, Eingang Neuer Schulweg
Gebühr: 40,00 € (inklusive Lebensmittelkosten für beide Abende)
Die Gebühr ist gleichzeitig mit der Anmeldung zu überweisen

EDV

LA5501

PC-Einstieg mit Windows XP

und Grundlagen des Internets
Grundkurs für die Generation 50+ und Einsteiger/-innen

Der Grundkurs richtet sich insbesondere an Teilnehmende, die auf leicht verständliche Weise Einblick in die Computerwelt nehmen wollen. Sie werden feststellen, dass „computern“ nicht schwierig ist, sondern Spaß macht und interessante Einsatzmöglichkeiten bietet.

Themenschwerpunkte:

- Grundprinzip, Aufbau und Arbeitsweise des Computers
- Arbeiten mit Dateien, Ordnern und Datenträgern
- Arbeiten mit Anwendungsprogrammen
- Internet und E-Mail

Rolf Behrbohm, Realschullehrer i. R.
montags, ab 13. Februar,
18.15 - 20.45 Uhr, 6 Abende (20 UStd.)
Realschule Lachendorf, Computerraum
Gebühr: 60,00 € (+ 3,00 € für Fotokopien, die an den Dozenten zu zahlen sind)

LA5502

Grundlagen der Textverarbeitung

WORD 2003
Grundkurs für die Generation 50+ und Einsteiger/-innen

Der Kurs bietet eine Einführung in die Arbeit mit einem modernen Textverarbeitungssystem.

Kursinhalte:

- Grundsätzliche Programmeinstellungen
- Texte eingeben, korrigieren, speichern und drucken
- Textteile bearbeiten und gestalten
- Absätze gestalten (Rahmen, Einzug, Schattierung, Aufzählungen)
- Seitengestaltung (Ränder, Papierformat)
- Tabulatoren verwenden
- einfache Tabellen einrichten und gestalten
- Autotext einfügen (z.B. Datum)
- Einbinden von Grafiken und Autoformen (ClipArts, Wordart, Textfelder)

Die Teilnehmenden sollten einen Grundkurs PC-Einstieg mit Windows besucht haben und vergleichbare Kenntnisse und Fertigkeiten besitzen. Vorkenntnisse in der Textverarbeitung sind nicht erforderlich.

Rolf Behrbohm, Realschullehrer i. R.
montags, ab 16. April,
17.00 - 19.30 Uhr, 6 Abende (20 UStd.)
Realschule Lachendorf, Computerraum
Gebühr: 60,00 € (+ 3,00 € für Fotokopien, die an den Dozenten zu zahlen sind)

Volkshochschule Unterlüß
Außenstelle der VHS Celle



Leitung:
Maren Frind
Müdener Straße 63, 29345 Unterlüß

Telefon: (0 58 27) 54 66
Fax: (0 32 22) 1 18 77 27
Mail: vhs.unterluess@arcor.de

Konto:
Volksbank Südheide eG (BLZ 257 916 35)
Kontonummer 30 737 800

Anmeldungen:
sind möglich ab Freitag, 13. Januar per Internet (www.vhs-celle.de), Mail, Fax, telefonisch (auch Anrufbeantworter) oder persönlich.

Unterrichtsort:
Die Kurse finden – soweit nicht anders vermerkt – in der Grund- und Hauptschule Unterlüß statt.

Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt. Persönliche und telefonische Anmeldungen sind verbindlich und verpflichten zur Zahlung der Kursgebühr.
Die Kursgebühr ist unter Angabe der Kursnummer, des Kurstitels und des Semesters auf das o.g. Konto zu überweisen.

Grundsätzlich gelten die Bedingungen der VHS Celle, siehe Programm: Seite 2.

Warten Sie nicht auf eine Benachrichtigung, wenn Sie sich zu einem Kurs angemeldet haben. Nur wenn ein Kurs abgesagt werden muss, erhalten Sie eine Nachricht.

Wenn Sie sich für ein neus Hobby interessieren und genügend Mitstreiter haben, richten wir gerne einen VHS-Kurs für Sie ein.

Junge VHS

UN0901
Kochen, was Kindern schmeckt
für Kinder ab 6 Jahren

Wir backen herzhafte Knabbereien und kochen leckere Gerichte. Gemeinsam eine komplette Mahlzeit herstellen und in lustiger Atmosphäre zusammen essen, das macht riesig Spaß!
Am ersten Nachmittag wollen wir eine Überraschung zum Muttertag herstellen!

Bitte mitbringen: Schürze, Geschirrtuch, Topflappen, kleine Dose.

Lydia Neumann
freitags, ab 16. März, 15.00 - 16.30 Uhr, 2 Nachmittage (4 UStd.)
Grund- und Hauptschule Unterlüß
Gebühr: 10,00 € (+ Lebensmittelkosten, die mit der Dozentin abgerechnet werden)

Kreatives

UN2501
Töpfern im Frühling

Fertigen von Osterdekoration und Garten-/Balkonverschönerung.

Mitzubringen sind Schürze, Handtuch, Plastiktüte, Küchenfolie, Schere.

Helga Prahler
montags, ab 20. Februar, 18.30 - 20.45 Uhr, 4 Abende (12 UStd.)
Grund- und Hauptschule Unterlüß
Gebühr: 33,00 € (+ Materialkosten)



Projekt „Kulturelle KLICKS": „Hand-Werk"
Foto: Andreas Schurian

Sprachen

UN3401
Französisch



Parlez vous français?
Neuaufnahmen von Interessenten mit mittleren Vorkenntnissen sind möglich.
Training von Vokabeln und Grammatik.

Lehrbuch: Communication progressive du Français

Jean-Paul Staub
donnerstags, ab 16. Februar, 18.30 - 20.00 Uhr, 10 Abende (20 UStd.)
Grund- und Hauptschule Unterlüß
Gebühr: 50,00 €

Aqua und Gymnastik

ACHTUNG!
Die Kursgebühr für Aqua-Jogging kann nur noch überwiesen werden!
Konto: Volksbank Südheide eG (BLZ 257 916 35)
Kontonummer: 30 737 800
Die Überweisung erfolgt mit der Anmeldung!

UN4501
Aqua-Jogging
für Frauen und Männer

Laufspaß im Tiefwasser für Teilnehmende jeden Alters. Mit Bewegungsabläufen bei verminderter Belastung der Gelenke und Muskeln erreichen wir u.a. einen erhöhten Kalorienverbrauch; außerdem wird die Kondition gesteigert und der gesamte Stützapparat gestärkt.
Die Eintrittskarten können aufgrund der Umstellung des Bades zum Schul- und Vereinsbad nicht mehr über den Kassenautomaten gelöst werden, sondern Sie erhalten sie bei der Dozentin. Geräte erhalten Sie gegen eine Leihgebühr vor Ort.
Der Kurs findet auch während der Ferien statt.

Helga Prahler
dienstags, ab 7. Februar, 9.50 - 10.35 Uhr, 10 Vormittage (10 UStd.)
Allwetterbad
Gebühr: 25,00 € (+ Eintritt und Geräteleihgebühr)

UN4502
Aqua-Jogging
für Frauen und Männer

Laufspaß im Tiefwasser für Teilnehmende jeden Alters. Mit Bewegungsabläufen bei verminderter Belastung der Gelenke und Muskeln erreichen wir u.a. einen erhöhten Kalorienverbrauch; außerdem wird die Kondition gesteigert und der gesamte Stützapparat gestärkt.
Die Eintrittskarten können aufgrund der Umstellung des Bades zum Schul- und Vereinsbad nicht mehr über den Kassenautomaten gelöst werden, sondern Sie erhalten sie bei der Dozentin. Geräte erhalten Sie gegen eine Leihgebühr vor Ort.
Der Kurs findet auch während der Ferien statt.

Helga Prahler
dienstags, ab 7. Februar, 10.45 - 11.30 Uhr, 10 Vormittage (10 UStd.)
Allwetterbad
Gebühr: 25,00 € (+ Eintritt und Geräteleihgebühr)

UN4503
Aqua-Jogging
für Frauen und Männer

Laufspaß im Tiefwasser für Teilnehmende jeden Alters. Mit Bewegungsabläufen bei verminderter Belastung der Gelenke und Muskeln erreichen wir u.a. einen erhöhten Kalorienverbrauch; außerdem wird die Kondition gesteigert und der gesamte Stützapparat gestärkt.
Die Eintrittskarten können aufgrund der Umstellung des Bades zum Schul- und Vereinsbad nicht mehr über den Kassenautomaten gelöst werden, sondern Sie erhalten sie bei der Dozentin. Geräte

erhalten Sie gegen eine Leihgebühr vor Ort.
Der Kurs findet auch während der Ferien statt.

Helga Prahler
dienstags, ab 7. Februar, 19.00 - 19.45 Uhr, 10 Abende (10 UStd.)
Allwetterbad
Gebühr: 25,00 € (+ Eintritt und Geräteleihgebühr)

UN4504
Walking mit Togu Brasil
am Vormittag



Für alle, die nicht am Stock gehen wollen, ist das Walken mit dem Togu Brasil eine Alternative.
Sie sind klein, handlich und passen in jede Tasche.
Unkompliziertes und effektives Training fördern die Ausdauer und durch das Eigengewicht von je ca. 270 Gramm wird die Rumpfmuskulatur zusätzlich gekräftigt.
Durch das Noppenprofil wird die Wahrnehmung gestärkt.

Togu Brasil können ausgeliehen werden (Leihgebühr 5,- Euro pro Kurs; beim Erwerb des Gerätes wird die Leihgebühr angerechnet; Kaufpreis 19,95 Euro über die Dozentin).

Maren Frind, Sport- und Gymnastiklehrerin, Trainerin C
freitags, ab 23. März, 9.00 - 10.30 Uhr, 10 Vormittage (20 UStd.)
Freizeitzentrum
Gebühr: 50,00 €

UN4505
Walking mit Togu Brasil
am Abend

Für alle, die nicht am Stock gehen wollen, ist das Walken mit dem Togu Brasil eine Alternative.
Sie sind klein, handlich und passen in jede Tasche.
Unkompliziertes und effektives Training fördern die Ausdauer und durch das Eigengewicht von je ca. 270 Gramm wird die Rumpfmuskulatur zusätzlich gekräftigt.
Durch das Noppenprofil wird die Wahrnehmung gestärkt.

Togu Brasil können ausgeliehen werden (Leihgebühr 5,- Euro pro Kurs; beim Erwerb des Gerätes wird die Leihgebühr angerechnet; Kaufpreis 19,95 Euro über die Dozentin).

Maren Frind, Sport- und Gymnastiklehrerin, Trainerin C
freitags, ab 23. März, 18.00 - 19.30 Uhr, 10 Abende (20 UStd.)
Freizeitzentrum
Gebühr: 50,00 €

UN4506
Fitness für Männer

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die sich in herkömmlichen Gymnastikgruppen nicht wohl fühlen.
Ziel ist es, die Grundspannung der Rumpfmuskulatur zu stärken und Verspannungen durch koordinative Bewegungen zu lösen.

Bitte eine Matte mitbringen, falls vorhanden.

Maren Frind, Sport- und Gymnastiklehrerin, Trainerin C
donnerstags, ab 2. Februar, 18.00 - 19.00 Uhr, 12 Abende (16 UStd.)
Lüßwaldhalle
Gebühr: 40,00 €

UN4507
Ausdauertraining

Wir trainieren im Wohlfühl-, Trainings- und Entspannungspuls unter Berücksichtigung der Borg-Skala.

Mitzubringen: Turnmatte und Pulsuhr (falls vorhanden)

Maren Frind, Sport- und Gymnastiklehrerin, Trainerin C
donnerstags, ab 16. Februar, 19.00 - 20.00 Uhr, 10 Abende (13,3 UStd.)
Lüßwaldhalle
Gebühr: 33,30 €

Küche

UN4801
Frühlingserwachen
durch Ankurbeln der körpereigenen Serotoninproduktion

Entgehen Sie der Frühjahrsmüdigkeit und tanken Sie Lichtenergie auch über die Nahrung. Wir bereiten uns grüne und exotische Smoothies zu, wärmen uns an einem warmen vegetarischen Hauptgericht mit indischer und mediterraner Note und gönnen uns zum Abschluss einen traumhaften Nachtisch, der unsere Sinne anregt und uns den wohlverdienten Schlaf schenkt.

Ein wenig Hintergrundwissen zu unserem Glückshormon Serotonin wird zu

Beginn des Kurses anschaulich vermittelt.

Dr. Heike Jürgens, Doktor der Chemie (Ernährungsberatung)
Dienstag, 20. März, 18.30 - 21.30 Uhr (4 UStd.)
Grund- und Hauptschule Unterlüß
Gebühr: 10,00 € (zuzüglich Lebensmittelkosten von 7,50 €, die mit der Dozentin abgerechnet werden)

UN4802
Machen Bananen und Schokolade glücklich?

Erfahren Sie, wie Sie Ihren Hormonhaushalt zugunsten des Glücks beeinflussen können. Gute Laune und Ausgeglichenheit kann man essen! Wir bereiten uns einfache Müslis, Desserts, Dipps und Smoothies zu und setzen das Gelernte in die Praxis um. Wir probieren neue Rezepte aus und verwenden auch frische Kräuter aus dem Garten.

Dr. Heike Jürgens, Doktor der Chemie (Ernährungsberatung)
Mittwoch, 9. Mai, 19.00 - 21.15 Uhr (3 UStd.)
Grund- und Hauptschule Unterlüß
Gebühr: 7,50 € (+ Lebensmittelkosten von 5,00 €, die direkt mit der Dozentin abzurechnen sind)





Qualitätstestiert bis 31.12.2015

Volkshochschule Samtgemeinde Wathlingen
Außenstelle der VHS Celle



Leitung:
Annette Grune
Pirolstr. 3, 29339 Wathlingen

Telefon: (0 51 44) 5 60 07 36
E-Mail: wathlingen@vhs-celle.de

Konto:
Sparkasse Celle (BLZ 257 500 01)
Kontonummer 057 721 755

Anmeldung:
ab Freitag, 13. Januar, ausschließlich telefonisch: (0 51 44) 5 60 07 36
oder per E-Mail: wathlingen@vhs-celle.de
(nicht mehr über die Gemeindeverwaltung)

Bitte achten Sie darauf, dass Sie bei Ihrer Anmeldung und Kursgebührenüberweisung die vollständige Kursnummer angeben, z.B. WA3101, sowie Ihren Namen, Telefonnummer und Ihre Anschrift.

Jede Form der Anmeldung ist verbindlich und verpflichtet zur Zahlung der Kursgebühr. Bei Kursen mit begrenzter Teilnehmerzahl werden die Plätze in der Reihenfolge der Anmeldungen bzw. Eingang der Kursgebühr vergeben.

Bitte warten Sie nicht auf eine Anmeldebestätigung! Sie werden nur dann informiert, wenn ein Kurs nicht stattfindet oder bereits belegt ist.

Grundsätzlich gelten die Bedingungen der VHS Celle, siehe Programm, S. 2.

Natur / Umwelt

WA1401
Lazy Gardening

Unkraut jäten, gießen und düngen, Gehölze schneiden und im Herbst das lästige Laub der Bäume entfernen. Ständig liegen zeitraubende Arbeiten im Garten an, die scheinbar nicht zu vermeiden sind. Doch lassen Sie sich nicht zum Sklaven Ihres Gartens machen!
In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie mit minimalem Aufwand einen schönen Garten bekommen. Welche Arbeiten sind wirklich notwendig? Mit welchen Geräten und Werkzeugen arbeite ich am effektivsten? Wie kann ich durch geschickte Bepflanzung und Pflanzenauswahl Pflegearbeiten einsparen? Diese und viele andere Fragen werden in diesem Kurs beantwortet.

Ellen Bielert, Dipl.-Ing. Landschafts- und Freiraumplanung
Mittwoch, 7. März,
18.30 - 21.30 Uhr (4 UStd.)
Grundschule Nienhagen
Gebühr: 10,00 €

WA1402
Diavortrag über Gärten der Niederlande



Durch den niederländischen Gartengestalter Piet Oudolf, dessen Schaugarten hier gezeigt wird, sind die Niederlande in das Interessen der Gartenenthusiasten gerückt. In diesem Vortrag wird auch der Lehrgarten der Gartenarchitektin Mien Ruys gezeigt sowie der naturnahe Priona Garten, der Wassergarten von Ada Hofmann oder der Garten des Künstlers Ton Ter Linden. Dazu reihen sich kleine Privatgärten und Gärtnereien, so dass die Bandbreite der Niederländischen Gartenkunst deutlich wird.

Ellen Bielert, Dipl.-Ing. Landschafts- und Freiraumplanung
Montag, 23. April,
19.00 - 21.15 Uhr (3 UStd.)
Grundschule Nienhagen
Gebühr: 7,00 €

Recht

WA1501
„Vorsorge für den Tag X"
Patientenverfügung, Betreuungsverfügung, Vorsorgevollmacht

So lange es uns gesundheitlich gut geht, befassen wir uns nicht gern mit der Frage, was zu tun ist, wenn wir unsere persönlichen Angelegenheiten nicht mehr selbst regeln können. Plötzlich und unvorhergesehen ist der „Tag X" da. Und dann?
Es ist wichtig, rechtzeitig vorzusorgen. Das frühzeitige Abfassen einer Patientenverfügung, Betreuungsverfügung oder Vorsorgevollmacht ist ein bewährtes Mittel, um am Tage X nicht hilflos dazustehen. Wie man das macht und was zu beachten ist, wird das Thema des Abends sein.
Nach einem allgemein verständlichen und praxisnahen Vortrag (unterstützt mit PowerPoint Wandprojektion) können Fragen gestellt werden, auch zu ganz persönlichen Problemstellungen.

Friedrich Schwanecke, Dipl.-Pädagoge, Berufsbetreuer
Mittwoch, 25. April,
18.30 - 21.30 Uhr (4 UStd.)
Grundschule Nienhagen
Gebühr: 10,00 €

Pädagogik / Psychologie

WA1701
„Schulstress als Chance"

Plötzlich ist alles anders. Mein Kind scheint traurig, unzugänglich und den Anforderungen des Schulalltags nicht gewachsen zu sein.
Meine Hilfestellung endet in Hilflosigkeit, Ungeduld und Streit.
Wie kann ich meinem Kind die Neugier und Lebendigkeit, den Spaß am Lernen zurückgeben?
An diesem Abend werden die drei Dimensionen des Denkens vorgestellt und das Erkennen von
möglichen Lernblockaden in einfacher Form vermittelt. Probleme beim Lernen und auch Verhaltensauffälligkeiten können ein Hinweis auf eine Lernblockade sein.
Es werden Übungen aus der Kinesiologie vorgestellt, die den Energiefluss harmonisieren und Eltern und Kindern helfen, den äußeren Einfluss kraftvoll zu begegnen und innerlich stabil zu bleiben.

Marion Hoffmann, Dipl.-Sozialpäd.; Heilprak. f. Psychotherapie; Kinesiologin
Mittwoch,
7. März, 19.00 - 21.15 Uhr (3 UStd.)
Arbeitsräume der Dozentin, Schafstallweg 26, Nienhagen
Gebühr: 7,50 €

WA1702
Entrümpeln mit Freude ?
Warum weniger auch mehr sein kann!

Sehr viele Menschen verbringen wertvolle Lebenszeit damit, Dinge zu tun, die ihnen keinen Spaß machen und Sachen zu kaufen, die sie nicht brauchen. Wir besitzen viel, dennoch sind wir oft unzufrieden, manchmal sogar unglücklich.
Was tut uns gut, was macht uns glücklich, was wollen wir wirklich?
Nutzen Sie den „Frühjahrsputz" um loszulassen, zu entrümpeln. Befreien Sie sich von lästigen Dingen, unliebsamen Gedanken und Gewohnheiten. Entrümpeln bringt frische Energie in unser Leben und macht schlicht und einfach glücklich!

Jutta Neffati, staatl. anerk. Erzieherin, Feng Shui Beraterin
Dienstag,
17. April, 19.00 - 21.15 Uhr (3 UStd.)
Grundschule Nienhagen
Gebühr: 7,50 €

Kreatives

WA2401
Experiment Malen I
Aquarell - Acryl - Pastell
für Anfänger- und Wiedereinsteiger/innen

In diesem Kurs werden Grundlagen für alle drei Maltechniken vermittelt. Von Gegenständlich bis Abstrakt ist alles möglich.
Aquarell: Fließende leuchtende Farben, lasierend, Nass-in-Nass, Nass-Trocken aufs Papier gebracht.
Acryl: Bietet viele Möglichkeiten und ist einfach und unproblematisch einsetzbar auf Papier und Leinwand.

Pastellkreide: Interessante und vielseitige Technik, die auf unterschiedlichen Papieren wirkungsvolle Resultate erzielt.
Der Ausdruck des Bildes wird durch die Auswahl der Technik und der Farben entstehen - also ganz individuelle Bilder. Welche der drei Techniken Sie für Ihre Bilder verwenden wollen, ist Ihre Entscheidung. An jedem Abend wird eine dieser Techniken schwerpunktmäßig gezeigt und am Beispiel ausgewählter Themen geübt; Anregungen finden sich in den Vorlagen der Kursleiterin.
Spaß beim und am Malen und die gemeinsame Bildbesprechung sind wichtige Voraussetzungen, um Malerfolge zu erzielen.
Fehlendes Material kann die Kursleiterin über Sammelbestellung kostengünstig besorgen.
Die Kursleiterin stellt jedoch auch das Material für alle Techniken und über den gesamten Kurs gegen einen Unkostenbeitrag zur Verfügung: Liste anfordern über E-Mail: kern-kuttner@t-online.de

Mitzubringen sind - soweit vorhanden:

Aquarell: *mind. 3 Aquarellgrundfarben (kadmiumrot, kadmiumgelb, ultramarinblau, mind. 1 Aquarell(rund)pinsel i. d. Größe 18 - 22 mit guter Spitze, Aquarellblock mittelrau, DIN A3 ab 200 g, weißer Porzellanteller oder weiße Palette, Flachschwamm, feste Malunterlage (z.B. Malpappe, Spanplatte), Küchenkrepp, Kreppband, Abdeckfolie für Tisch.*

Acryl: *Acrylfarben mind. gelb, rot, blau, weiß, schwarz, verschiedene Borsten-und/ oder Flachpinsel, Schwamm, Acryl- oder Aquarellpapier (Block DIN A3 ab 270 g), Leinwände (Keilrahmen) nicht größer als 50 x 60 cm,, kleine Glasscheibe (min. A4) oder Pappteller, Küchenkrepp, Lappen, Kreppband, Abdeckfolie für Tisch und Fußboden, unempfindliche Kleidung (Arbeitskittel, Schürze)*

Sonstiges: Bleistift, Radiergummi, 2 Wassergefäße, Schwamm, Lappen

Pastell: *Pastellkreiden, Pastellpapier/-block oder rauen Tonkarton farbig min. A4, Lappen, Küchenkrep, unbedingt unempfindliche Kleidung!*

Freya Kern-Kuttner, Künstlerin
donnerstags, ab 2. Februar,
18.45 - 21.00 Uhr, 8 Abende (24 UStd.)
Grundschule Nienhagen
Gebühr: 66,00 € (zuzügl. Materialkosten die mit der Dozentin abgerechnet werden)

WA2402

Experiment Malen II

Aquarell - Acryl - Pastell

Kursinhalt s. o.

Mitzubringen sind - soweit vorhanden:

Aquarell: *mind. 3 Aquarellgrundfarben (kadmiumrot, kadmiumgelb, ultramarinblau, mind. 1 Aquarell(rund)pinsel i. d. Größe 18 - 22 mit guter Spitze, Aquarellblock mittelrau, DIN A3 ab 200 g, weißer Porzellanteller oder weiße Palette, Flachschwamm, feste Malunterlage (z.B. Malpappe, Spanplatte), Küchenkrepp, Kreppband, Abdeckfolie für Tisch.*

Acryl: *Acrylfarben mind. gelb, rot, blau, weiß, schwarz, verschiedene Borsten-und/ oder Flachpinsel, Schwamm, Acryl- oder Aquarellpapier (Block DIN A3 ab 270 g), Leinwände (Keilrahmen) nicht größer als 50 x 60 cm,, kleine Glasscheibe (min. A4) oder Pappteller, Küchenkrepp, Lappen, Kreppband, Abdeckfolie für Tisch und Fußboden, unempfindliche Kleidung (Arbeitskittel, Schürze)*

Sonstiges: Bleistift, Radiergummi, 2 Wassergefäße, Schwamm, Lappen

Pastell: *Pastellkreiden, Pastellpapier/-block oder rauen Tonkarton farbig min. A4, Lappen, Küchenkrep, unbedingt unempfindliche Kleidung!*

Freya Kern-Kuttner, Künstlerin
donnerstags, ab 7. Juni, 18.45 - 21.00 Uhr, 6 Abende (18 UStd.)
Grundschule Nienhagen
Gebühr: 49,50 € (zuzügl. Materialkosten die mit der Dozentin abgerechnet werden)

Musik

WA0901

„Liedbegleitend Gitarre spielen“

für 8 - 12 jährige Kinder ohne Vorkenntnisse

Weil´s Spass macht und was bringt!
- die Gitarre kennen- und stimmen lernen
- Vorübungen für die linke und rechte Hand
- die ersten begleitenden Akkorde
- erste Anschlagtechniken
- erste Songs mit der Gitarre begleiten

Notenkenntnisse sind nicht erforderlich!

Hermann Edwin Gatzke, Heilpädagoge
donnerstags, ab 2. Februar,
17.00 - 18.30 Uhr, 10 Termine (20 UStd.)
Musik- und Theaterwerkstatt, Am Bohlkamp 54, Wathlingen
Gebühr: 55,00 € (zusätzliche Kosten für Kopien werden direkt mit dem Dozenten abgerechnet)

WA2802



„Liedbegleitend Gitarre spielen“

für Erwachsene ohne Vorkenntnisse

Sie wollten schon immer mal Gitarre spielen, haben aber nie den ersten Schritt gewagt?
- die Gitarre kennen- und stimmen lernen
- Vorübungen für die linke und rechte Hand
- die ersten begleitenden Akkorde
- erste Anschlagtechniken
- erste Songs mit der Gitarre begleiten

Notenkenntnisse sind nicht erforderlich!

Hermann Edwin Gatzke, Heilpädagoge
dienstags, ab 7. Februar,
17.30 - 19.00 Uhr, 10 Termine (20 UStd.)
Musik- und Theaterwerkstatt, Am Bohlkamp 54, Wathlingen
Gebühr: 55,00 € (zusätzliche Kosten für Kopien werden direkt mit dem Dozenten abgerechnet)

WA2803

„Liedbegleitend Gitarre spielen“

für „spätberufene“ Eltern/ Großeltern/ Generation 50+ ohne Vorkenntnisse

Ganz locker und entspannt anfangen
- die Gitarre kennen- und stimmen lernen
- Vorübungen für die linke und rechte Hand
- die ersten liedbegleitenden Akkorde und Anschlagtechniken an Songbeispielen ausprobieren
- erste Lieder mit und für Kinder/ Enkelkinder auf der Gitarre begleiten

Inhaltliche Auswahl und Schwerpunkte richten sich nach den Wünschen der Teilnehmenden.
Notenkenntnisse sind nicht erforderlich!

Hermann Edwin Gatzke, Heilpädagoge
montags, ab 6. Februar,
17.30 - 19.00 Uhr, 10 Termine (20 UStd.)
Musik- und Theaterwerkstatt, Am Bohlkamp 54, Wathlingen
Gebühr: 55,00 € (zusätzliche Kosten für Kopien werden direkt mit dem Dozenten abgerechnet)

Sprachen

WA3101

Englisch X

am Vormittag

Lehrbuch: Headway A2 (Lehrbuch, Workbook + CD), ISBN 3-06-8043638, ab Unit 8

Renate Hempel, Lehrerin
dienstags, ab 7. Februar,
8.30 - 10.00 Uhr, 15 Vormittage (30 UStd.)
Nienhagen, Sportheim am Jahnring
Gebühr: 75,00 €

WA3102

Englisch für Fortgeschrittene

am Vormittag

Das Unterrichtsmaterial wird im Kurs bekannt gegeben.

Renate Hempel, Lehrerin
dienstags, ab 7. Februar,
10.10 - 11.40 Uhr, 15 Vormittage (30 UStd.)
Nienhagen, Sportheim am Jahnring
Gebühr: 75,00 €

Gesundheit

WA4101

Das Arbeiten mit der Einhandrute

Frau Mirre (geprüfte Geopathologin) stellt Ihnen an diesem Abend die vielseitigen Einsatzmöglichkeiten einer Einhandrute (Biotensor) vor. Sie erklärt die Gesetzmäßigkeiten der Resonanz und zeigt, wie man diese für Austestungen im Selbsthilfebereich nutzen kann.
Möglich sind u. a. Austestungen von:
- Lebensmitteln und Materialien auf Schadstoffbelastungen und Verträglichkeit
- Verträglichkeiten von Kosmetika

- Auswahltest für Bachblüten, Schüssler-Salze und Edelsteinen oder
- Funktionsprüfung der Chakras (Energiezentren des Körpers)

Rita Mirre, Arzthelferin, gepr. Geopathologin; Klangausbildung nach Peter Hess
Mittwoch, 14. März,
19.00 - 21.15 Uhr (3 UStd.)
Räume der Dozentin, Klangpavillion, Gildeworth 2a, Altencelle
Gebühr: 7,50 €

Bewegung und mehr

WA4301
Hatha-Yoga

Sie erleben, erfahren und vertiefen die Gesundheitsprinzipien und Grundhaltungen des Yogas und unternehmen eine Reise durch Ihren Körper. Sie trainieren Ihre Basis, Ihre Achse, Ihre Stand- und Sitzhaltungen. Sie nehmen dabei bisher eher unbeleuchtete Körperreaktionen wahr, kräftigen und dehnen die Muskulatur in Becken, Füßen, Bauch und Rücken. Sie üben spielerisch Ihren Gleichgewichtssinn und entdecken den Atem als Pforte zu tieferem geistigen Erleben.
Die Übungen dienen der Harmonisierung Ihrer körperlichen Kräfte, der Vertiefung Ihres Atems und der Beruhigung und Bündelung Ihres Geistes.

Mitzubringen sind: rutschfeste Unterlage, Wolldecke und Socken, kleines Kissen, bequeme, warme Kleidung.

Brigitte Ruthe-Mucha
mittwochs, ab 8. Februar,
20.00 - 21.30 Uhr, 10 Abende (20 UStd.)
Janusz-Korczak-Schule, Schulstr.
Gebühr: 50,00 €

WA4302
Progressive Muskelentspannung nach Jacobson

Die Progressive Muskelentspannung nach Jacobson ist eine bewährte Methode, um zu entspannen und innerlich ruhiger zu werden.
Das Erlernen dieser Entspannungstechnik durch An- und Entspannung ist ein Weg, mit Belastungen und Anforderungen im Alltag und Beruf besser umzugehen. Es ist eine Möglichkeit, selbst aktiv zu werden und für das eigene Wohlbefinden zu sorgen. Nervosität, Ängste, Schlafstörungen, Anspannungen etc. können abgebaut werden.

Mitzubringen sind: eine weiche Unterlage, Decke, kleines Kissen, warme Socken und Schreibzeug

Karin Robel, Ergotherapeutin, exam. Altenpflegerin
donnerstags, ab 2. Februar,
19.00 - 20.30 Uhr, 10 Abende (20 UStd.)
Turnhalle des Kindergarten Spatzennest, Sägemühlenstr.
Gebühr: 50,00 €

WA4303
Autogenes Training für Anfänger/-innen

Das Autogene Training ist hier zu Lande der Klassiker unter den Entspannungsmethoden.Durch gezielte Entspannung werden Sie gelassener, konzentrierter und leistungsfähiger. Es bietet vertiefte Erholung in kurzer Zeit. Einfach zu erlernen und vielfältig anzuwenden, ist es für so gut wie jeden Menschen geeignet.
Im Kurs werden die Unterstufen des Autogenen Training vermittelt und Anleitung gegeben für die häuslichen Übungen, die sehr wenig Zeit in Anspruch nehmen.

Mitzubringen sind: eine Decke, Kissen, warme Socken, bequeme Kleidung und evtl. etwas zu Trinken

Manuela Seidel, Entspannungspädagogin
dienstags, ab 7. Februar,
19.00 - 20.30 Uhr, 7 Abende (14 UStd.)
Janusz-Korczak-Schule, Schulstr., Wathlingen
Gebühr: 35,00 €

Gymnastik

WA4501
Wirbelsäulengymnastik

Durch einseitige Belastungen treten frühzeitig Verspannungen im Nacken, Kopfschmerzen und Rückenbeschwerden auf. Durch Gymnastik wollen wir die Rückenmuskulatur kräftigen und stabilisieren, die Beweglichkeit der Gelenke fördern und rückengerechte Bewegungen erlernen.

Mitzubringen sind: Sportkleidung, Matte oder Wolldecke als Unterlage, kleines Kissen, Handtuch und Isomatte.

Christa Brand, Übungsleiterin
donnerstags, ab 8. März,
16.30 - 17.30 Uhr, 15 Nachmittage (20 UStd.)
Turnhalle der Grundschule Nienhagen
Gebühr: 50,00 €

WA4502
Wirbelsäulengymnastik

Kursinhalt s. o.

Mitzubringen sind: Sportkleidung, Matte oder Wolldecke als Unterlage, kleines Kissen, Handtuch und Isomatte.

Christa Brand, Übungsleiterin
donnerstags, ab 8. März, 17.30 - 18.30 Uhr, 15 Abende (20 UStd.)
Turnhalle der Grundschule Nienhagen
Gebühr: 50,00 €

WA4503
Wirbelsäulengymnastik

Kursinhalt s. o.

Mitzubringen sind: Sportkleidung, Matte oder Wolldecke als Unterlage, kleines Kissen, Handtuch und Isomatte.

Christa Brand, Übungsleiterin
donnerstags, ab 8. März,
19.00 - 20.00 Uhr, 15 Abende (20 UStd.)
Janusz-Korczak-Schule, Schulstr., Wathlingen
Gebühr: 50,00 €

WA4504
Wirbelsäulengymnastik

Kursinhalt s. o.

Mitzubringen sind: Sportkleidung, Matte oder Wolldecke als Unterlage, kleines Kissen, Handtuch und Isomatte.

Christa Brand, Übungsleiterin
donnerstags, ab 8. März,
20.00 - 21.00 Uhr, 15 Abende (20 UStd.)
Janusz-Korczak-Schule, Schulstr., Wathlingen
Gebühr: 50,00 €

WA4505
Aquafitness

Mit gezielter Problemzonengymnastik und einem Ausdauerteil werden wir das Wasser zum Brodeln bringen. Auch die Entspannung wird nicht zu kurz kommen.

Sabine Kreuschner, Übungsleiterin
dienstags, ab 7. Februar,
11.30 - 12.15 Uhr, 10 Vormittage (10 UStd.)
Europabad, Jahnring, Nienhagen
Gebühr: 55,00 € (einschließlich Schwimmbadbenutzung)

WA4506
Wassergymnastik

Wassergymnastik ist ein idealer Fitness-Spaß für jedes Alter. Muskelverspannungen verschwinden und der sonst so beanspruchte Stützapparat wird durch das reduzierte Körpergewicht entlastet.

Sabine Kreuschner, Übungsleiterin
mittwochs, ab 1. Februar,
13.15 - 14.00 Uhr,
12 Nachmittage (12 UStd.)
Europabad, Jahnring, Nienhagen
Gebühr: 66,00 € (einschließlich Schwimmbadbenutzung)



WA4507
Wassergymnastik

Kursinhalt s. o.

Birgit Lueg, Sportlehrerin
donnerstags, ab 2. Februar,
11.30 - 12.15 Uhr, 11 Vormittage (11 UStd.)
Europabad, Jahnring, Nienhagen
Gebühr: 60,50 € (einschließlich Schwimmbadbenutzung)

WA4508
Wassergymnastik

Kursinhalt s. o.

Birgit Lueg, Sportlehrerin
donnerstags, ab 2. Februar,
12.15 - 13.00 Uhr, 11 Vormittage (11 UStd.)
Europabad, Jahnring, Nienhagen
Gebühr: 60,50 € (einschließlich Schwimmbadbenutzung)

WA4509
Wassergymnastik

Kursinhalt s. o.

Birgit Lueg, Sportlehrerin
donnerstags, ab 2. Februar,
13.00 - 13.45 Uhr, 11 Nachmittage (11 UStd.)
Europabad, Jahnring, Nienhagen
Gebühr: 60,50 € (einschließlich Schwimmbadbenutzung)

Ernährung / Kochen

WA4801
Kochen für Männer

Unter dem Motto „Fit in den Frühling" werden sowohl Grundtechniken vermittelt sowie moderne Anrichtetechniken gezeigt. Angesprochen sind Männer, die Spaß am Kochen mitbringen und mit guter Laune drei kreative Abende miteinander verbringen wollen.

Mitzubringen sind: ein kleines und ein großes scharfes Messer, Schürze.

Hans Rohs, Küchenmeister
donnerstags, ab 8. März,
18.30 - 21.30 Uhr, 3 Abende (12 UStd.)
Schulzentrum Wathlingen
Gebühr: 30,00 € (12,00 € Lebensmittelkosten pro Abend werden direkt mit dem Dozenten abgerechnet.)

WA4802
Chinesische Küche I

Chinas vielfältige Gerichte erfreuen sich großer Beliebtheit. Das liegt auch an den einzigartigen Kochtechniken, den frischen Zutaten und den hierzulande oftmals unbekannten Gewürzen und Saucen. An drei Abenden werden wir die chinesische Küche kennen lernen und verschiedene Gerichte unter Anleitung selbst zubereiten. Auch Teilnehmende mit Vorkenntnissen sind herzlich willkommen!

Mitzubringen sind: scharfes Messer, Restegefäß und Geschirrtuch.

Chu Lan Gorsky
dienstags, ab 6. März,
18.30 - 22.00 Uhr, 3 Abende (14 UStd.)
Schulzentrum Wathlingen
Gebühr: 35,00 € (Die Lebensmittelkosten in Höhe von 10,00 € pro Abend werden mit der Dozentin abgerechnet.)

WA4803
Chinesische Küche II

Es stehen diesmal verschiedene pikante Fleisch-, Fisch- und Nudelgerichte, Suppen, Salate und Nachspeisen auf unserem Speiseplan. Eine Vertiefung der chinesischen Küche für alle Interessenten chinesischer Kochkunst. Teigtaschen und viele andere beliebte Gerichte stehen auf unserem Speiseplan.
Auch Neueinsteiger und Teilnehmende ohne Vorkenntnisse sind herzlich willkommen!

Mitzubringen sind: scharfes Messer, Restegefäß und Geschirrtuch.

Chu Lan Gorsky
donnerstags, ab 19. April,
18.30 - 22.00 Uhr, 3 Abende (14 UStd.)
Schulzentrum Wathlingen
Gebühr: 35,00 € (Die Lebensmittelkosten in Höhe von 10,00 € pro Abend werden mit der Dozentin abgerechnet.)

WA4804
Kulinarische Europareise

Erleben Sie köstliche Klassiker neu interpretiert.
Mit hervorragenden Zutaten wollen wir den Frühling, Frankreich und Italien schmecken.
Wir kochen gemeinsam nach original Rezepten mit heimischen Wurzeln.

Mitzubringen ist ein Geschirrtuch.

Christa Schilbock
mittwochs, 15. Februar, 7. März und 16. Mai, jeweils 18.00 - 22.45 Uhr, 3 Abende (19 UStd.)
Schulzentrum Wathlingen
Gebühr: 47,50 € (14,00 € Lebensmittelkosten pro Abend werden direkt mit der Dozentin abgerechnet.)

WA4805
Genussabend x2

In diesem Kurs wollen wir zu 2 verschiedenen Genussthemen gemeinsam kochen.
Spargel - die Königin unter den Gemüsen.
Tapas - die Mutter aller kleinen Köstlichkeiten.
Lassen Sie sich von kreativen Rezepten und köstlichen Zutaten inspirieren.

Mitzubringen ist ein Geschirrtuch.

Christa Schilbock
mittwochs, 13. Juni und 4. Juli, jeweils 19.00 - 22.45 Uhr, 2 Abende (10 UStd.)
Schulzentrum Wathlingen
Gebühr: 25,00 € (15,00 € Lebensmittelkosten pro Abend werden direkt mit der Dozentin abgerechnet.)

EDV

WA5201
Von Windows bis ins Internet
PC-Einstieg für den Hausgebrauch

Wir werden die Grundlagen der Word Textverarbeitung durchnehmen; E-Mail schreiben und empfangen, Anlagen einfügen und Informationen „googeln".
Weitere Themenschwerpunkte sollen sich an den Interessen der Teilnehmenden orientieren.
Der Kurs richtet sich an alle, die auf leicht verständliche Weise Einblicke in die Computerwelt nehmen und Hemmschwellen überwinden wollen.
Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Rüdiger Grote, Datenverarbeitungstechniker
mittwochs, ab 29. Februar
18.00 - 20.15 Uhr, 5 Abende (15 UStd.)
Schulzentrum Wathlingen
Gebühr: 45,00 € (Materialkosten in Höhe von 5 € werden direkt mit dem Dozenten abgerechnet)

Werden Sie Dozent/-in an der VHS Celle

Sie
- können gut mit Menschen umgehen
- können etwas zu unserem VHS-Angebot beitragen
- lieben die freie Zeiteinteilung und sind zeitlich flexibel
- haben Erfahrung in der Erwachsenenbildung oder können sich eine Lehrtätigkeit vorstellen



Wir
- bieten vielseitige Einsatzbereiche
- beraten und begleiten Ihre Lehrtätigkeit
- unterstützen Sie durch Fortbildung
- sind ein bewegliches und kompetentes Team an Ihrer Seite

Es wird Zeit ...

Rufen Sie uns an oder schicken Sie uns Ihre Unterlagen zu!
VHS Celle - Tel: 0 51 41 - 92 98-0
E-Mail: info@vhs-celle.de

Bei **schriftlichen Anmeldungen** können Sie eine kursbezogene **Einzugsermächtigung** erteilen
➔ auch in den Außenstellen

Volkshochschule Wietze
Außenstelle der VHS Celle

Leitung:
Astrid Giesemann
Bahnweg 8, 29323 Wietze
oder „Milchbar“, Am Schwimmbad
Wieckenberger Str. 59

Telefon: (0 51 46) 98 66 65
(01 60) 2 81 46 04
E-Mail: wietze@vhs-celle.de

Konto:
Volksbank Südheide eG (BLZ 257 916 35)
Kontonummer: 3 016 528 800

Anmeldung:
ab Freitag, 13. Januar per Internet und telefonisch (AB)

Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt. Persönliche und telefonische Anmeldungen sind verbindlich und verpflichten zur Zahlung der Kursgebühr.

Grundsätzlich gelten die Bedingungen der VHS Celle, siehe Programm, Seite 2.

Warten Sie nicht auf eine Benachrichtigung, wenn Sie sich zu einem Kurs angemeldet haben. Nur wenn ein Kurs abgesagt werden muss, erhalten Sie eine Nachricht.

Junge VHS

WI0901
Ein Kinderstadtplan entsteht



Angesprochen werden Kinder im Alter von 6 bis 12 Jahren, die Lust haben, „Ihr Wietze“ vorzustellen und daraus einen Kinderstadtplan zu entwickeln. Kinder haben bekanntlich andere Wahrnehmungen und Wünsche als Erwachsene. Diese Vorstellungen und Erfahrungen der Kinder sollen gefördert werden. Der Ablauf sieht wie folgt aus:
- Vorstellung und Grundlagen
- Streifzüge in Wietze-Steinförde, Jeversen, Wieckenberg und Hornbostel
- Zeichnerische Umsetzung in einen Stadtplan

Danach gibt es noch die Möglichkeit, den Kinderstadtplan an den Bürgermeister zu übergeben.

Benjamin von Ahlen
donnerstags, ab 19. April, 16.30 - 18.00 Uhr, 4 Nachmittage (8 UStd.)
Schwimmbad Wietze, Milchbar
Gebühr: 10,00 €

Gymnastik / Aqua

WI4500
Bodyforming

Kraftgymnastik für Frauen zur Straffung der Muskulatur im Bereich Bauch, Po, Beine, Rücken, Gelenke schonend und rükkengerecht mit Stretching und Entspannung. Zur Verstärkung der Übungen werden auch Hanteln und Therabänder eingesetzt.

Bitte Iso-Matte und Sportzeug mitbringen.

Adelheid Plum, Dipl.-Sozialpädagogin, Fachübungsleiterin Gesundheitssport
dienstags, ab 7. Februar, 19.00 - 20.00 Uhr, 15 Abende (20 UStd.)
Grund-, Haupt- und Realschule Wietze, Sporthalle
Gebühr: 50,00 €



Projekt „Kulturelle KLICKS“: Kinder-versunken
Foto: Petra Kruska

WI4501
Allgemeine Fitness für Jede/n

Mit diesem Kurs sollen alle angesprochen werden, die sich vielleicht noch nicht für einen speziellen Sport entscheiden können oder wollen. Sie haben die Möglichkeit, Ausdauertraining, Bewegungs- und Haltungsschulung und auch Entspannungs- und Atmungstechnik kennen zu lernen. Hier gilt: Jede/r macht nach seinen persönlichen Möglichkeiten mit!

Bitte mitbringen: bequeme Sportbekleidung, Turnschuhe und Gymnastikmatte, Handtuch und ein kleines Kissen.

Anja Lange-Hohls, Trainerin B für Präventionssport
freitags, ab 10. Februar,
10.00 - 11.00 Uhr, 12 Vormittage (16 UStd.)
Schwimmbad Wietze, Milchbar
Gebühr: 44,00 €

WI4502
Wirbelsäulengymnastik
am Vormittag

Schwerpunkte dieses Kurses sind nach der Aufwärmphase
- gezielte Kräftigung der Muskulatur im Rücken-, Schulter- und Nackenbereich
- effektive Dehnung der unterschiedlichen Körperpartien
- Kräftigung der Bauchmuskulatur
- Massage oder Entspannung für neues Wohlbefinden

Bitte Wolldecke und Sportbekleidung mitbringen.

Rita Fischer, Gymnastiklehrerin
montags, ab 6. Februar, 8.45 - 9.45 Uhr, 15 Vormittage (20 UStd.)
Evangelisches Gemeindehaus, Kirchstr.
Gebühr: 56,00 €

WI4503
Wirbelsäulengymnastik
am Vormittag

Kursinhalt s. oben

Bitte Wolldecke und Sportbekleidung mitbringen.

Rita Fischer, Gymnastiklehrerin
montags, ab 6. Februar, 9.55 - 10.55 Uhr, 15 Vormittage (20 UStd.)
Evangelisches Gemeindehaus, Kirchstr.
Gebühr: 56,00 €

WI4504
Wirbelsäulengymnastik
am Vormittag

Kursinhalt s. oben

Bitte Wolldecke und Sportbekleidung mitbringen.

Rita Fischer, Gymnastiklehrerin
montags, ab 6. Februar,
11.00 - 12.00 Uhr, 15 Vormittage (20 UStd.)
Evangelisches Gemeindehaus, Kirchstr.
Gebühr: 56,00 €

WI4505
Wirbelsäulengymnastik

Kursinhalt s. oben

Bitte Wolldecke und Sportbekleidung mitbringen.

Rita Fischer, Gymnastiklehrerin
montags, ab 6. Februar,
17.45 - 18.45 Uhr, 15 Abende (20 UStd.)
Dorfhaus Wieckenberg
Gebühr: 56,00 €

WI4506
Wirbelsäulengymnastik

Kursinhalt s. oben

Bitte Wolldecke und Sportbekleidung mitbringen.

Rita Fischer, Gymnastiklehrerin
montags, ab 6. Februar, 19.00 - 20.00 Uhr, 15 Abende (20 UStd.)
Dorfhaus Wieckenberg
Gebühr: 56,00 €

WI4507
Aqua-Fitness

Eine Gelenke schonende, gesundheitsorientierte Bewegung im Wasser, bei jeder Kondition und in jedem Alter möglich. Ihre Beweglichkeit, Ausdauer und Kraft verbessern sich und das Gefühl der Schwerelosigkeit unterstützt Ihre Entspannung. Bestandteil des Kurses ist auch ein Aqua-Jogging, das sich besonders günstig auf den Aufbau von Muskulatur und die Straffung des Bindegewebes auswirkt.

Anke Marquordt, Fachübungsleiterin für Rehasport
montags, ab 6. Februar, 19.30 - 20.15 Uhr, 15 Abende (15 UStd.)
Hallenbad Wietze
Gebühr: 56,50 € (+ Eintritt!)

WI4508
Aqua-Fitness

Kursinhalt s. oben

Anke Marquordt, Fachübungsleiterin für Rehasport
montags, ab 6. Februar,
20.15 - 21.00 Uhr, 15 Abende (15 UStd.)
Hallenbad Wietze
Gebühr: 56,50 € (+ Eintritt!)

WI4509
Aqua-Fitness am Warmbadetag

Ziele:
- Förderung des Herz Kreislauf-Systems
- Gewichtsreduktion
- Stabilisierung des Muskel-Skelettsystems
- Gleichgewichtsschulung
- Koordinationsschulung.
- Mobilitätsstärkung
- Förderung des sozialen Miteinander
- Stärkung der Atemmuskulatur

Schwimmgürtel können bei der Dozentin gegen Entgelt ausgeliehen werden.

Petra Fechner
freitags, ab 17. Februar,
19.45 - 20.45 Uhr, 16 Abende (21,3 UStd.)
Hallenbad Wietze
Gebühr: 73,30 € (+ Eintritt!)

Ernährung

WI4801
Mit Genuss zum Wohlfühlgewicht

Für alle, die genug von Diäten haben und dauerhaft ihr Gewicht regulieren möchten. Mit Nahrungsumstellung nach der basischen Ernährung wird nicht nur etwas für die Gesundheit getan, sondern es können auch langfristig die überflüssigen Pfunde purzeln. Mit Geduld kommen Sie Ihrem Wohlfühlgewicht näher, und beugen gleichzeitig Krankheiten vor. Man fühlt sich wieder gesünder und leistungsfähiger.

Eva Bailly, Heilpraktikerin, Krankenschwester, Reiki-Lehrerin
dienstags, ab 24. April, 19.00 - 20.00 Uhr, 8 Abende (10,7 UStd.)
Schwimmbad Wietze, Milchbar
Gebühr: 29,40 €

EDV

WI5101
Kreativ im Netz

- Suchmaschine Google nutzen und Email-Adressen einrichten,
- Soziale Netzwerke wie Facebook, Twitter und Xing, Möglichkeiten und Art der Kommunikation,
- Im Internet suchen, Einkaufen
- Funktionen des Fotodienstes „Picasa web" : Überspielen der Bilder auf den Computer, Organisieren der Bilder auf dem Rechner, für Bekannte frei geben.

Bitte Laptop mitbringen.

Jürgen Ries
montags, ab 6. Februar, 18.00 - 20.15 Uhr, 5 Abende (15 UStd.)
Schwimmbad Wietze, Milchbar
Gebühr: 45,00 €

WI5102
Grundlagen WORD 2007/2010

In Zusammenarbeit mit der Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft

Dieser Kurs und der folgende Aufbaukurs wenden sich an Teilnehmerinnen, die ihre in den Kursen Grundlagen der EDV erworbenen Kenntnisse im Bereich der Textverarbeitung vertiefen möchten.

Themenschwerpunkte:
- Grundsätzliche Programmeinstellungen
- Textdateien erstellen und bearbeiten
- Zeichenformatierungen, Zeichenabstände
- Absätze gestalten (Einzüge, Rahmen, Schattierungen)
- Aufzählungen, Nummerierungen, Tabulatoren, Tabellen
- Dokumente speichern und drucken
- Bilder einfügen
- Word-Art

Bitte Laptop mitbringen.

Voraussetzungen: Die Teilnehmerinnen sollten den Kurs Grundlagen der EDV absolviert haben oder vergleichbare Kenntnisse und Fertigkeiten besitzen.

Jürgen Ries
donnerstags, ab 16. Februar, 18.00 - 20.15 Uhr, 5 Abende (15 UStd.)
Schwimmbad Wietze, Milchbar
Gebühr: 45,00 € (inklusive Lernmittel)

Schriftliche Anmeldung erforderlich

WI5103
Google - viel mehr als eine Suchmaschine
Wochenendkurs

Die Firma Google ist weithin als Suchmaschinenanbieter bekannt. Überdies bietet die Firma auch viele kostenlose Dienstleistungen an, die einige kostenpflichtige Softwareangebote ersetzen können.

Themenschwerpunkte:
- Anlegen eines Google-Accounts (wenn gewünscht)
- Google Kalender
- Office-Programme im Netz (Text und Tabellen)

Bitte Laptop mitbringen.

Vorausgesetzt werden Grundkenntnisse in Windows

Jürgen Ries
Samstag, 18. Februar, 13.30 - 17.30 Uhr (5 UStd.)
Schwimmbad Wietze, Milchbar
Gebühr: 15,00 €

Schriftliche Anmeldung erforderlich

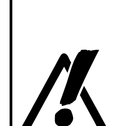
Grundbildung/Deutsch



WI6101
Wir lernen Deutsch
für Frauen
Mit Unterstützung der Gemeinde Wietze / Gleichstellungsbeauftragte

Deutsch sprechen, lesen, schreiben von Anfang an.

BITTE MACHEN SIE AUSLÄNDISCHE MITBÜRGERINNEN AUF DIESEN KURS AUFMERKSAM!



Für Männer kann bei ausreichendem Interesse auch ein Kurs angeboten werden - Rückmeldung bei Astrid Giesemann, Tel. 05146-986665 oder im Schwimmbad, Milchbar

N.N.
dienstags und donnerstags, 7. Februar - 17. April, 15.30 - 17.00 Uhr, 16 Nachmittage (32 UStd.)
Schwimmbad Wietze, Milchbar

Volkshochschule Winsen (Aller)

Außenstelle der VHS Celle

Leitung:
Hannelore Kleinschmidt
Schulgarten 6, 29308 Winsen (Aller)

Telefon: (0 51 43) 84 48
Fax: (0 51 43) 67 32
E-Mail: winsen@vhs-celle.de

Konto:
Volksbank Südheide eG (BLZ 257 916 35)
Kontonummer 170 451 2600

Anmeldung:
ab Freitag, 13. Januar
montags bis freitags,
jeweils von 10.00–12.00
und von 16.00–18.30 Uhr.

Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt. Persönliche und telefonische Anmeldungen sind verbindlich und verpflichten zur Zahlung der Kursgebühr.

Grundsätzlich gelten die Bedingungen der VHS Celle, siehe Programm: Seite 2.

Warten Sie nicht auf eine Benachrichtigung, wenn Sie sich zu einem Kurs angemeldet haben. Nur wenn ein Kurs abgesagt werden muss, erhalten Sie eine Nachricht!

Unterwegs sein

WN0101

Studienreise: Spanien

Kastilien und Extremadura

29. April - 8. Mai 2012

Hamburg - Madrid - Aranjuez - Toledo - Trujillo - Mérida - Cáceres - Plasencia - Salamanca - Avila - Segovia - El Escorial - Alcalá de Henares - Madrid - Hamburg.
Leistungen:
Bustransfer zum Flughafen Hamburg, Linienflüge mit Lufthansa nach Madrid und zurück, Rundreise in einem modernen, klimatisierten Reisebus, Unterbringung im Doppelzimmer in 3*- und 4*-Sterne Hotels (EZ-Zuschlag 300,00 €), Halbpension, Deutsch sprechende Reiseleitung, Eintritts- und Trinkgelder, sämtliche Flughafensteuern, Sicherheitsgebühren und aktueller Kerosinzuschlag (103,00 €, Stand Mai 2011), Reiseliteratur, Vorbereitungsabend, Reiserücktrittskosten- und Insolvenzversicherung.

Reiseleitung: Joachim Herrfurth
Reisepreis 1970,00 €
Ein ausführliches Programm ist in der Geschäftsstelle erhältlich.
Der Reisepreis ist mit der Anmeldung zu entrichten!

Kreatives

WN2401

Aquarellmalerei

Für Anfänger und Fortgeschrittene

Urlaubserinnerungen bleiben lebendig durch eigene Bilder.

Bitte mitbringen: Urlaubsfotos bzw. Abbildungen, Aquarellfarben, Pinsel, Lappen, Wasserbehälter, großen und kleinen Porzellanteller, Malgründe und Malunterlage.

Friederike Fink, Realschullehrerin, Kunsttherapeutin
montags, ab 5. März, 19.00 - 21.15 Uhr, 6 Abende (18 UStd.)
Hauptschule Winsen
Gebühr: 49,50 €

WN2402

Acrylmalerei: Pinsel- und Spachteltechniken

Wochenendkurs für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene

Grundlagen des Farbauftragens wie Trockenpinseltechnik, Malen mit sichtbarem Pinselduktus, Malen in Schichten auch mit Spachteln und Sandzugabe.
Für Fortgeschrittene: Besonderheiten im Umgang mit Spachteln und Malmessern, gezielte Spachtelführung und das Freilegen von darunterliegenden Schichten.

Bitte mitbringen: Eigenes Malmaterial soweit vorhanden, insbesondere Spachtel aller Art, Abdeckplane, Malkittel, Wassersprühflasche, Schwammtuch, Glasplatte (mind. 30 x 40 cm) zum Mischen, Skizzenblock, evtl. Staffelei.

Ein Anfängerpaket mit Pinseln, Malgründen und Farben kann für ca. 12,00 € erworben werden.

Monika Dittrich
Samstag, 11. und Sonntag, 12. Februar, jeweils 10.00 - 17.30 Uhr (18 UStd.)
Hauptschule Winsen
Gebühr: 49,50 € Für diesen Kurs ist die Gebühr mit der Anmeldung zu entrichten

WN2701

Bildhafte Stickerei - Klosterstich



Der Workshop richtet sich an alle, die ihrer Kreativität neue Impulse geben und Kunstwerke erschaffen möchten sowie an diejenigen, die ein traditionelles Handwerk erlernen wollen, um Produkte, wie Taschen, Kissen und Bildteppiche anfertigen zu können.
Die Klosterstichtechnik hat etwas Meditatives und ist gleichzeitig entspannend. Im Kurs lernen Sie, wie Vorlagen erstellt werden und wie die Arbeit ausgeführt wird. Und ganz nebenbei erfährt man viel über diese jahrhundertealte Kunst und was man heute damit alles machen kann.
Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bitte mitbringen: Wollgarnreste mittlerer Stärke, eine Sticknadeln mit Spitze und eine Stickschere. Stoff kann bei der Dozentin erworben werden (Materialkosten ca. 2,00 €)

Rosemarie Erlemann
Freitag, 17. und 24. Februar, jeweils 15.00 - 18.45 Uhr, Samstag, 18. und 25. Februar, jeweils 10.00 - 17.00 Uhr (26 UStd.)
Hauptschule Winsen
Gebühr: 71,50 € Für diesen Kurs ist die Gebühr mit der Anmeldung zu entrichten

WN2702

Patchwork: Linienspiele

Wochenendkurs

Sanfte Kurven, verschlungen, geplant oder ungeplant sind immer eine Herausforderung, sie in Stoff umzusetzen.
In diesem Kurs verlieren Sie die Angst vor genähten Kurven. Stoffe werden gestapelt, frei geschnitten und wieder neu komponiert.
Mit dieser Verschnitttechnik erhalten Sie verblüffende Ergebnisse.
Materialliste:

- Baumwollstoffe in Ihren Lieblingsfarben (uni oder falsche Unis). Die Stoffstücke sollten mindestens 60 x 60 cm groß sein
- passendes Nähgarn
- Nähmaschine
- Bügeleisen, Verlängerungsschnur
- Schneideuntensilien
- Nähzeug
- Designwand (Bettlaken, Moltontuch oder Vlies)

Für Rückfragen steht die Dozentin unter Tel. (0 51 32) 5 61 37 zur Verfügung.

Annette Tatchen
Freitag, 10. Februar, 17.00 - 21.45 Uhr Samstag, 11. Februar, 9.00 - 17.00 Uhr (17 UStd.)
Hauptschule Winsen
Gebühr: 46,80 € Für diesen Kurs ist die Gebühr mit der Anmeldung zu entrichten.

WN2703

Quilten mit der Nähmaschine

Wochenendkurs

Das Quilten mit der Nähmaschine ist in letzter Zeit immer beliebter geworden.
Durch das Freihandquilten hat man viele Möglichkeiten die Oberflächenstruktur eines Quilts zu gestalten.
In diesem Kurs lernen Sie das Freihandquilten, aber auch die Umsetzung traditioneller Quiltmuster.
Materrialliste:

- ca. 8 vorbereitete Sandwiches (ca. 30 x 30 cm) (Oberstoff-Vlies 280/281) - Rückseitenstoff aus weichem, einfarbigem Baumwollstoff.

Falls man mehr schafft: Baumwollstoff und Vlies für zusätzliche Sandwiches.

- Nähmaschinennadeln: Stick-, Quilt- oder Topstichnadeln
- Maschinenstickgarn oder Maschinenquiltgarn
- Bügeleisen, Bügelunterlage,Verlängerungsschnur
- Schneideuntensilien
- Nähzeug
- Markierstift, Schreibzeug.

Wenn vorhanden: Handschuhe mit Noppen (Quilthandschuhe, Reiterhandschuhe oder Noppenhandschuhe aus dem Baumarkt - sind am günstigsten, nicht zu groß)

- Nähmaschine: der Transporteur muss versenkbar sein oder abgedeckt werden können. Die Maschine sollte einen Stopffuß oder Freihandquiltfuß und wenn möglich einen Anschiebetisch haben.

Bedienungsanleitung nicht vergessen!
Für Rückfragen steht die Dozentin unter Tel. (0 51 32) 5 61 37 zur Verfügung.

Annette Tatchen
Samstag, 3. März,
9.00 - 18.00 Uhr (12 UStd.)
Hauptschule Winsen
Gebühr: 33,00 € Für diesen Kurs ist die Gebühr mit der Anmeldung zu entrichten.

Musik

WN2801

Musikgarten für 1½ bis 3½-Jährige

Dieser Kurs geht auf den wachsenden Erlebnisraum der Kinder ein. Die Themen heißen „Zuhause", „Tierwelt" und „Beim Spiel". Die Kleinkinder werden immer aktiver und beginnen, weitere Ausflüge in die Umgebung zu unternehmen. Das Staunen über Bewegungen, Echo- und Instrumentalspiele steigert sich zu begeistertem Imitieren.
Der Musikgarten stärkt diese Neigungen und fördert das Sprech- und Hörverhalten.

Anissa Schuy, zertifizierte Musikgarten-Lehrkraft
freitags, ab 17. Februar,
16.00 - 16.45 Uhr, 8 Nachmittage (8 UStd.)
Hauptschule Winsen, Gymnastikraum
Gebühr: 24,00 € Für diesen Kurs ist die Gebühr mit der Anmeldung zu entrichten

WN2802

Musikgarten für 1½ bis 3½-Jährige

Kursinhalt s. o.

Anissa Schuy, zertifizierte Musikgarten-Lehrkraft
freitags, ab 17. Februar,
16.50 - 17.35 Uhr, 8 Nachmittage (8 UStd.)
Hauptschule Winsen, Gymnastikraum
Gebühr: 24,00 € Für diesen Kurs ist die Gebühr mit der Anmeldung zu entrichten

WN2803

Liedbegleitung auf der Gitarre

für Anfänger/-innen

Notenkenntnisse sind nicht erforderlich

Bitte mitbringen: Schreibzeug und eine Gitarre

Heike Marquardt, B-Trainerin für Schwimmen
dienstags, ab 7. Februar,
19.00 - 20.30 Uhr, 10 Abende (20 UStd.)
Hauptschule Winsen
Gebühr: 55,00 €

Sprachen

WN3101

Englisch X

für Anfänger/-innen mit guten Vorkenntnissen

Sabine Edwards, Fremdsprachenkorrespondentin und Europa-Sekretärin
donnerstags, ab 9. Februar,
19.30 - 21.00 Uhr, 14 Abende (28 UStd.)
Hauptschule Winsen
Gebühr: 70,00 €

WN3102

Getting along in English

English in every day situations, including vocabulary work and grammar.

Maren Pritchard, Auslandskorrespondentin
montags, ab 6. Februar,
18.15 - 19.45 Uhr, 12 Abende (24 UStd.)
Hauptschule Winsen
Gebühr: 60,00 €

WN3301

Italienisch I

für Anfänger/-innen

Lehrbuch: Allegro 1 (Klett-Verlag, ISBN 978-3-12-525580-7), ab Lezione 1

Domenica Montemurro
montags, ab 6. Februar,
18.30 - 20.00 Uhr, 14 Abende (28 UStd.)
Hauptschule Winsen
Gebühr: 70,00 €

Gesundheit

WN4101

Schüßler Salze für die Haut

Nicht nur in der Schönheitspflege, sondern auch als Hilfe bei Hautproblemen kann man auf die 12 Schüßler Salze zugreifen und viel damit verbessern. Die Mineralien nach Dr. Schüßler verbessern das Hautbild, schaffen Linderung und sind eine gute Alternative um sich auf natürliche Art und Weise zu helfen. Da die Mineralstoffe über die Haut gut resorbiert und ins Blut- und Lymphsystem aufgenommen werden, kann ihre Wirkung dem gesamten Körper zukommen.
Vorgestellt werden äußerliche Anwendungen, wie: Bäder, Wickel, Kompressen, Haarpflege, Cremes und Salben, aber auch die innere Anwendung bei verschiedenen Hautproblemen.

Bitte bringen Sie Schreibzeug mit, Kopien erhalten Sie im Kurs.

Eva Bailly, Heilpraktikerin, Krankenschwester, Reiki-Lehrerin
Donnerstag, 23. Februar,
19.00 - 21.15 Uhr (3 UStd.)
Hauptschule Winsen
Gebühr: 8,00 € (inklusive Kopien)

Entspannung

WN4301

Hatha-Yoga

Körperübungen – Atemübungen – Entspannung

In den Haltungen des Hatha-Yoga lernen wir, gezielt die Spannungsbögen unseres Körpers einzusetzen. Vor- und Dehnübungen unterstützen diesen Spannungsaufbau und geben uns die Möglichkeit aufmerksam zu werden für die Signale unsers Körpers. Entspannung wird dann möglich im gezielten Lösen der Spannung.
Aktiv sein und zur Ruhe kommen, gemeinsam üben und ganz bei sich selber zu sein, stellen also keine Gegensätze dar.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Gymnastikmatte und rutschfeste Socken.

Bernd Menzel, Marma Yogalehrer, MA Sozialpsychologie/Philosophie
dienstags, ab 7. Februar,
19.00 - 20.30 Uhr, 13 Abende (26 UStd.)
Grundschule am Amtshof, Winsen, Musikraum
Gebühr: 65,00 €

WN4302

Hatha-Yoga

Körperübungen – Atemübungen – Entspannung

Kursinhalt s. o.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Gymnastikmatte und rutschfeste Socken.

Bernd Menzel, Marma Yogalehrer, MA Sozialpsychologie/Philosophie
mittwochs, ab 8. Februar,
19.30 - 21.00 Uhr, 13 Abende (26 UStd.)
Grundschule am Gildesweg, Winsen, Gymnastikraum
Gebühr: 65,00 €



Projekt „Kulturelle KLICKS": „Trauerkultur"
Foto: Rainer Meyer

WN4303
Qi Gong
für Einsteiger/-innen

Qi = Lebensenergie + Gong = Erarbeitetes bedeutet sinngemäß: Lebensenergie kultivieren. Intensives Atmen, sanfte Bewegung und Versinken im Verschmelzen von Atmung und Bewegung.
Qi Gong regelmäßig ausgeübt, kräftigt die körperliche Vitalität, stärkt die geistige Konzentrationsfähigkeit und hilft, mental zu entspannen, „innerlich zur Ruhe zu kommen".
Wir erarbeiten uns eine komplette Übungsfolge des Stillen (Wudang) sowie eine Folge des Dynamischen Qi Gong.

Bitte bequeme Kleidung und leichte Turnschuhe mitbringen.

Karsten Fiedler, Dipl.-Sozialpädagoge, Qi Gong- und T'ai Chi Chuan Lehrer
montags, ab 6. Februar,
19.00 - 20.00 Uhr, 10 Abende (13,3 UStd.)
Grundschule am Gildesweg, Winsen, Gymnastikraum
Gebühr: 33,30 €

Gymnastik

WN4501
Präventive Funktionsgymnastik

Eine gezielt ganzheitliche gesundheitsbezogene Körpergymnastik, mit Erwärmung, Lockerungs- und Entspannungsübungen, Kräftigung und Mobilisierung.
Für gesunde und kranke Gelenke wird zur Stabilisierung ein spezielles Muskelaufbautraining angeboten.

Bitte mitbringen: warme Sportkleidung, Sportschuhe, Gymnastikmatte und ein kleines Kissen.

Gudrun von der Heyde
montags, ab 6. Februar,
16.15 - 17.15 Uhr, 15 Nachmittage (20 UStd.)
Grundschule am Gildesweg, Gymnastikraum
Gebühr: 50,00 €

WN4502
Wirbelsäulengymnastik

Übungen zur Lockerung, Kräftigung und Dehnung des ganzen Rückens. Zusätzlich sollen die Bauchmuskeln, die die Wirbelsäule stützen und entlasten, gekräftigt werden. Entspannungsübungen runden das Programm ab.

Bitte mitbringen: warme Sportkleidung, Sportschuhe, eine Isomatte/Decke und ein kleines Kissen.

Gudrun von der Heyde
donnerstags, ab 9. Februar,
18.00 - 19.00 Uhr, 15 Abende (20 UStd.)
Grundschule am Gildesweg, Gymnastikraum
Gebühr: 50,00 €

WN4503
Wirbelsäulengymnastik

Kursinhalt s. o.

Bitte mitbringen: warme Sportkleidung, Sportschuhe, eine Isomatte/Decke und ein kleines Kissen.

Gudrun von der Heyde
donnerstags, ab 9. Februar,
19.30 - 20.30 Uhr, 15 Abende (20 UStd.)
Grundschule am Gildesweg, Gymnastikraum
Gebühr: 50,00 €

WN4504
Wirbelsäulengymnastik
mit und ohne Pezziball

Tipps, Anregungen und Bewegungsübungen zur Vermeidung von Wirbelsäulenproblemen im Alltag. Durch gezielte Kräftigungsübungen der Bauch-, Rücken- und Beinmuskulatur soll Rückenbeschwerden vorgebeugt bzw. deren Ausmaß gemindert werden.

Bitte mitbringen: warme Sportkleidung, Sportschuhe, eine Isomatte/Decke und ein kleines Kissen.

Uta Lehmann, Physiotherapeutin
mittwochs, ab 1. Februar,
19.00 - 20.00 Uhr, 15 Abende (20 UStd.)
Hauptschule Winsen, Gymnastikraum
Gebühr: 50,00 €

WN45041
Entspannte Wirbelsäulengymnastik

Kursinhalt s. o.

Bitte mitbringen: warme Sportkleidung, Sportschuhe, eine Isomatte/Decke und ein kleines Kissen.

Uta Grube, Sportpädagogin
montags, ab 6. Februar,
18.00 - 19.00 Uhr, 12 Abende (16 UStd.)
Dorfgemeinschaftshaus Stedden
Gebühr: 40,00 €

Aqua

WN4505
Aqua-Fitness am Warmbadetag
Wassergymnastik mit und ohne Aqua-Nudel

Heike Marquardt, B-Trainerin für Schwimmen
dienstags, ab 7. Februar,
10.30 - 11.15 Uhr, 12 Vormittage (12 UStd.)
Hallenbad Winsen, Beckenrand
Gebühr: 30,00 € (+ Eintritt)
Für diesen Kurs ist die Gebühr mit der Anmeldung zu entrichten

WN4506
Aqua-Fitness am Warmbadetag
Wassergymnastik mit und ohne Aqua-Nudel

Margret Peters, Sportlehrerin
dienstags, ab 31. Januar,
18.45 - 19.30 Uhr, 10 Abende (10 UStd.)
Hallenbad Winsen, Beckenrand
Gebühr: 25,00 € (+ Eintritt)
Für diesen Kurs ist die Gebühr mit der Anmeldung zu entrichten

WN4507
Aqua-Fitness am Warmbadetag
Wassergymnastik mit und ohne Aqua-Nudel

Margret Peters, Sportlehrerin
dienstags, ab 31. Januar,
19.35 - 20.20 Uhr, 10 Abende (10 UStd.)
Hallenbad Winsen, Beckenrand
Gebühr: 25,00 € (+ Eintritt)
Für diesen Kurs ist die Gebühr mit der Anmeldung zu entrichten

WN4508
Aqua-Fitness am Vormittag
Wassergymnastik mit und ohne Aqua-Nudel

Margret Peters, Sportlehrerin
mittwochs, ab 1. Februar,
11.00 - 11.45 Uhr, 10 Vormittage (10 UStd.)
Hallenbad Winsen, Beckenrand
Gebühr: 25,00 € (+ Eintritt)
Für diesen Kurs ist die Gebühr mit der Anmeldung zu entrichten

WN4509
Aqua-Fitness
Wassergymnastik mit und ohne Aqua-Nudel

Heike Marquardt, B-Trainerin für Schwimmen
donnerstags, ab 2. Februar,
19.15 - 20.00 Uhr, 12 Abende (12 UStd.)
Hallenbad Winsen, Beckenrand
Gebühr: 30,00 € (+ Eintritt)
Für diesen Kurs ist die Gebühr mit der Anmeldung zu entrichten

WN4510
Aquajogging

Laufspaß im Tiefwasser für Teilnehmende jeden Alters! Mit Bewegungsabläufen bei verminderter Belastung der Gelenke und Muskeln wird die Kondition gesteigert und der gesamte Stützapparat gestärkt.

Margret Peters, Sportlehrerin
mittwochs, ab 1. Februar,
18.45 - 19.30 Uhr, 10 Abende (10 UStd.)
Hallenbad Winsen, Beckenrand
Gebühr: 25,00 € (+ Eintritt)
Für diesen Kurs ist die Gebühr mit der Anmeldung zu entrichten

WN4511
Aquajogging

Kursinhalt s. o.

Margret Peters, Sportlehrerin
mittwochs, ab 1. Februar,
19.35 - 20.20 Uhr, 10 Abende (10 UStd.)
Hallenbad Winsen, Beckenrand
Gebühr: 25,00 € (+ Eintritt)
Für diesen Kurs ist die Gebühr mit der Anmeldung zu entrichten

WN4512
Aquajogging

Kursinhalt s. o.

Heike Marquardt, B-Trainerin für Schwimmen
freitags, ab 3. Februar,
18.45 - 19.30 Uhr, 12 Abende (12 UStd.)
Hallenbad Winsen, Beckenrand
Gebühr: 30,00 € (+ Eintritt)
Für diesen Kurs ist die Gebühr mit der Anmeldung zu entrichten

WN4513
Aquajogging

Kursinhalt s. o.

Heike Marquardt, B-Trainerin für Schwimmen
freitags, ab 3. Februar,
19.35 - 20.20 Uhr, 12 Abende (12 UStd.)
Hallenbad Winsen, Beckenrand
Gebühr: 30,00 € (+ Eintritt)
Für diesen Kurs ist die Gebühr mit der Anmeldung zu entrichten

Bodyforming

WN4514
Aeronetics

Aerobic + Callanetics = eine Fitnessmischung, die Herz und Kreislauf stärkt, die allgemeine Ausdauer erhöht und ein intensives Bauch- und Rückenmuskeltraining ermöglicht.

Bitte mitbringen: Sportzeug, Sportschuhe und Gymnastikmatte.

Sabine Köhler, Sportlehrerin
montags, ab 6. Februar,
18.20 - 19.20 Uhr, 15 Abende (20 UStd.)
Hauptschule Winsen, Gymnastikraum
Gebühr: 50,00 €

WN4515
Bodyforming

Bodyforming bietet eine intensive Problemzonengymnastik, wirksame Übungen für die Tiefenmuskulatur und die Gewebestraffung.

Bitte mitbringen: Sportzeug, Sportschuhe und eine Gymnastikmatte.

Sabine Köhler, Sportlehrerin
mittwochs, ab 1. Februar,
17.50 - 18.50 Uhr, 15 Abende (20 UStd.)
Hauptschule Winsen, Gymnastikraum
Gebühr: 50,00 €

WN4516
Pilates

Täglich fordern wir unseren Körper und belasten ihn einseitig. Stundenlanges Sitzen am Schreibtisch und monotone Aktivitäten belasten einige Muskelgruppen übermäßig und andere kaum.
Hier schafft Pilates einen optimalen Ausgleich. Durch das ganzheitliche Körpertraining werden die Muskeln sanft gestärkt und geformt. Unsere Körperhaltung wird verbessert sowie die Flexibilität und Balance erhöht.
Fließende Bewegungen werden im Einklang mit der Atmung konzentriert und genau ausgeführt.
Dehn- und Entspannungsübungen runden das Training ab und führen allgemein zu einem verbesserten Körpergefühl.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Wollsocken und eine Gymnastikmatte.

Christine Dieterich, Übungsleiterin für Präventionssport
donnerstags, ab 9. Februar,
18.30 - 19.30 Uhr, 15 Abende (20 UStd.)
Hauptschule Winsen, Gymnastikraum
Gebühr: 50,00 €

WN4517
Pilates
für Fortgeschrittene

Wenn Ihnen die Begriffe „Powerhouse" (Muskeln im Bauch, unterem Rücken, Hüfte und Gesäß) und „Bauchnabel zur Wirbelsäule" ziehen bekannt sind, dann haben Sie bereits mit dem Pilates-Trainingsprogramm erste Erfolge erzielt. Freuen Sie sich auf weiterführende Übungen, die Ihre Muskelkraft fordern und fördern sowie die Rückenmuskulatur dehnt und stärkt.
Dehn- und Entspannungsübungen schließen das Training ab und geben ein gutes Körpergefühl.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Wollsocken und eine Gymnastikmatte.

Christine Dieterich, Übungsleiterin für Präventionssport
montags, ab 6. Februar,
17.10 - 18.10 Uhr, 15 Abende (20 UStd.)
Hauptschule Winsen
Gebühr: 50,00 €

Tanz

WN4601
Orientalischer Tanz I
für Anfängerinnen

Faszination Orientalischer Tanz - der weiblichste aller Tänze!
In diesem Kurs können die Basistechniken des Bauchtanzes zu klassischer und moderner orientalischer Musik erlernt werden.
Kicks und Drops, Kamele und Schlangenarme: Hinter diesen geheimnisvollen Bezeichnungen verbergen sich geschmeidige und kraftvolle Bewegungen mit den Hüften, Armen und schließlich mit dem ganzen Körper - ganz „unbekannte" Muskelregionen werden aktiviert und kommen zum Einsatz.
In diesem Kurs wird der Schleiertanz vorgestellt. Zu den hierfür klassischen und typischen Bewegungen wird wieder eine kleine Choreografie angeboten. Ein Schleier kann im Kurs bestellt werden.

Bitte mitbringen: bequeme, anliegende Kleidung, ein Tuch für die Hüften, falls vorhanden.

Ariane Wolf-Hartig
dienstags, ab 7. Februar,
18.45 - 20.15 Uhr, 13 Abende (26 UStd.)
Hauptschule Winsen, Gymnastikraum
Gebühr: 65,00 €

WN4602
Orientalischer Tanz II
Grundkenntnisse werden vorausgesetzt

Orientalischer Tanz, einer der ältesten Tänze für Frauen aller Altersgruppen, macht nicht nur Spaß, sondern trainiert auch auf sanfte Weise den ganzen Körper. Die unterschiedlichen Bewegungen stellen einen hervorragenden Ausgleich zu den meist einseitig belastenden Tätigkeiten des Alltags dar.
Wir wiederholen Schrittkombinationen, schnelle Akzente, anmutige Hand- und Armbewegungen und einfach Shimmyvariationen.
Zu einem mittelschnellen Musikstück erarbeiten wir eine kleine Choreografie.

Bitte mitbringen: Gymnastikbekleidung, ein Tuch für die Hüften, Igelball und eine Gymnastikmatte.

Karin Maier
montags, ab 6. Februar,
19.30 - 21.00 Uhr, 13 Abende (26 UStd.)
Hauptschule Winsen, Gymnastikraum
Gebühr: 65,00 €

WN4603
Orientalischer Tanz III

Es gibt viele unterschiedliche Stilrichtungen und Tanztechniken mit weiteren Utensilien im orientalischen Tanz. Die bekanntesten sind Schleier- und Stocktanz und Tanz mit Zimbeln. Daneben gibt es Lichter- und Leuchtertanz, Tanz mit Säbel und Krug oder mit dem Tamburin und vieles mehr.
In diesem Kurs wird ein dynamischer und eleganter Tanz mit Fächerschleiern erarbeitet.
Die Choreographie dazu wird im Kurs gemeinsam erarbeitet und getanzt. Fächerschleier können zu Beginn des Kurses gemeinsam bestellt werden.

Bitte mitbringen: Bequeme anliegende Kleidung und ein Hüfttuch.

Ariane Wolf-Hartig
dienstags, ab 7. Februar,
20.20 - 21.50 Uhr, 13 Abende (26 UStd.)
Hauptschule Winsen, Gymnastikraum
Gebühr: 65,00 €

WN4604
Orientalischer Tanz IV
Tribal goes on
Wochenendkurs

Anmutig, stolz und erdig lernen wir die andere Art des orientalischen Tanzes kennen.
Schrittkombinationen, die durch Codes angezeigt werden, machen es möglich, innerhalb einer Tanzgruppe zu jeder Musik ohne Choreografie einheitlich zu tanzen.
Beim Erlernen der Basics kommt der Spaß am Tanzen nicht zu kurz und die dadurch entstehende Gruppendynamik verbindet uns zu einem festen Stamm.

Bitte mitbringen: Bequeme anliegende Kleidung, ein Hüfttuch und eine Gymnastikmatte.

Christine Dieterich, Übungsleiterin für Präventionssport
Sonntag, 12. und 26. Februar, 11. März, 22. April, 6. Mai, 3. Juni
jeweils 15.00 - 17.00 Uhr (16 UStd.)
Hauptschule Winsen, Gymnastikraum
Gebühr: 40,00 €

WN4605

Orientalischer Tanz V

Tribal goes on - für Fortgeschrittene Wochenendkurs

Die Basics sind perfekt. Wir haben uns auch schon mit Tribal-Fusion und Tribal-In-Contact auseinander gesetzt. Darauf basierend erarbeiten wir weitere Kombinationen und verbessern unsere Techniken. Bei Locks, Schultermoves und Schlangenarmvariationen kommen auch Zimbeln zum Einsatz.
Der mystisch anmutende Tribal-Style wird aus der Gruppe überwiegend als Improvisation getanzt.
Voraussetzungen: Gute Grundkenntnisse in Tribal, ATS und Fusion

Bitte mitbringen: Bequeme anliegende Kleidung, ein Hüfttuch und eine Gymnastikmatte.

Voraussetzungen: Gute Grundkenntnisse in Tribal, ATS und Fusion.

Ariane Wolf-Hartig
Sonntag, 12. und 26. Februar, 11. März, 22. April und 6. Mai, jeweils 17.05 - 19.05 Uhr (13,3 UStd.)
Hauptschule Winsen, Gymnastikraum
Gebühr: 33,30 €

Ernährung

WN4802

Italienische Küche

A Tavola!

... heißt es bei den italienischen Familien, wenn die Mama zu Tisch ruft.
Überraschen auch Sie Ihre Liebsten mit einem Mittag- oder Abendessen nach original italienischer Art.

Bitte ein scharfes Messer, Plastikgefäße und ein Geschirrhandtuch mitbringen.

Domenica Montemurro
Freitag, 27. April, 17.30 - 22.00 Uhr (6 UStd.)
Hauptschule Winsen, Küche
Gebühr: 30,00 € (inklusive 15,00 € Lebensmittelkosten)
Für diesen Kurs ist die Gebühr mit der Anmeldung zu entrichten

Schriftliche Anmeldung erforderlich



2 Zusatzkurse können eingerichtet werden am Freitag, 1. Juni sowie Freitag 8. Juni.

EDV

WN5101

Digitalfotografie

Fotos mit IrfanView bearbeiten und verwalten

Sie möchten Ihre digitalen Fotos endlich gut verwalten, aufbereiten und präsentieren können (Diashow)? Sie möchten über Bildformate und Komprimierungsverfahren Bescheid wissen, um Ihre Bilder schnell versenden zu können (Mail und Fotoentwicklungsdienste) oder auf andere Datenträger zu bringen? Mit dem kostenfreien Programm IrfanView, einem besonders leistungsfähigen und gleichzeitig leicht verständlichem Bildbetrachter mit vielen Bildbearbeitungsfunktionen für Windows, können Sie Ihre Digitalfotos auf dem PC sowohl verwalten als auch bearbeiten.
Betriebssystem: Windows 7 und Office 2010

Inhalte:
- Download und Installation
- Dateiformate und Auflösung
- Farben, Helligkeit und Kontrast verändern, Effektfilter
- Fotocollagen erstellen
- Bilder sortieren und archivieren
- EXIF-Daten
- Eine Diashow erstellen, vollautomatisch oder handgesteuert
- Verkleinern für E-Mail-Versand
- Bilder und Texte verbinden

Bitte mitbringen: Digitalkamera (mit Fotos und Kabel) oder Fotos auf einer CD oder einem anderen Datenträger.

Voraussetzung: Zuverlässige PC-Kenntnisse

Diethard Kleinschmidt
mittwochs, ab 22. Februar, 19.00 - 20.30 Uhr, 4 Abende (8 UStd.)
Realschule, Meißendorfer Kirchweg, Winsen, Computerraum
Gebühr: 24,00 € Für diesen Kurs ist die Gebühr mit der Anmeldung zu entrichten

WN5501

PC-Einstieg mit Windows 7

für Senioren/-innen

Der Grundkurs richtet sich insbesondere an Teilnehmende, die auf leicht verständliche Weise Einblick in die Computerwelt nehmen wollen. Sie werden feststellen, dass „computern“ nicht schwierig ist, sondern Spaß macht und interessante Einsatzmöglichkeiten bietet.

Themenschwerpunkte:
- Grundprinzip, Aufbau und Arbeitsweise des Computers
- Arbeiten mit Dateien, Ordnern und Datenträgern
- Arbeiten mit Anwendungsprogrammen

Ingo Horn
montags, ab 13. Februar, 17.00 - 19.15 Uhr, 8 Abende (24 UStd.)
Realschule, Meißendorfer Kirchweg, Winsen
Gebühr: 72,00 € Für diesen Kurs ist die Gebühr mit der Anmeldung zu entrichten

WN5502

PC-Einstieg mit Windows 7

Aufbaukurs für Senioren/-innen

Dieser Kurs bietet eine praxisnahe Einführung in das Textverarbeitungsprogramm Word 2000 und einen Einblick in das Tabellenkalkulationsprogramm Excel 2000.

Kursinhalte:
Word 2000
- Texteingabe, Formatierung, Drucken
- Rechtschreibeprüfung
- WordArt, Grafiken
- Textfelder, Tabellen

Excel 2000
- Einfache Tabellen, Grundrechenarten

Voraussetzung: Kenntnisse im Umgang mit dem PC, sowie Grundkenntnisse des Betriebssystems Windows

Ingo Horn
donnerstags, ab 16. Februar, 17.00 - 19.15 Uhr, 8 Abende (24 UStd.)
Realschule, Meißendorfer Kirchweg, Winsen
Gebühr: 72,00 € Für diesen Kurs ist die Gebühr mit der Anmeldung zu entrichten

WN5503

Einführung in das Internet

für Senioren/-innen

Das Internet gewinnt im alltäglichen Leben ständig an Bedeutung. Dieser praxisorientierte Kurs vermittelt Ihnen einen leichten Einstieg in dessen Welt. Sie erfahren, welche Voraussetzungen für die Nutzung des Internets nötig sind, wie das Internet funktioniert, wie Sie es gezielt für die eigenen Interessen und Bedürfnisse einsetzen können und welche Kosten Ihnen durch die Nutzung entstehen.

Themenschwerpunkte:
- Aufbau von Internetadressen
- Seiten aufrufen und blättern / Fenstertechnik
- Nutzung von Suchmaschinen
- Interessante und hilfreiche Webseiten
- Dateien, Bilder und Texte speichern und verarbeiten

Heinz-Wilhelm Hauke, Systemprogrammierer
donnerstags, ab 12. April, 18.30 - 21.40 Uhr, 3 Abende (12 UStd.)
Grundschule am Amtshof, Winsen,Computerraum
Gebühr: 36,00 € Für diesen Kurs ist die Gebühr mit der Anmeldung zu entrichten.



Projekt „Kulturelle KLICKS“: „Details Arbeitsleben“ Foto: Jan Kuhtz

Maxxy-Vorteilspartnervereinbarung

von VHS Celle und Sparkasse Celle

Anmeldungen, die sich lohnen



Sie – Maxxy-KundIn der Sparkasse Celle - melden sich im VHS-Semester I/2012

1) zu mindestens 2 unterschiedlichen Kursen (außer Exkursionen/Fahrten-Reisen und Lehrgängen) an und nehmen persönlich (gebührenpflichtig) teil – dann erhalten Sie gleichzeitig einen Freiplatz
   a) für sich selbst für unsere „Montagsreihe"
      (6-8 Vorträge unterschiedlicher Themen, Montags ab 15 Uhr)

oder

   b) für ein Kind in einem Angebot der jungen VHS, bzw. der Kunstwerkstatt in der VHS oder wahlweise einen Pass in der Kinderakademie „Collegium Cellense"

2 Bei Anmeldung und Teilnahme zu 5 VHS-Kursen (außer Exkursionen/Reisen/Lehrgängen) erhalten maxxy-KundInnen im folgenden Semester II/2012 einen Kurs geschenkt.

Die Anmeldung(en) müssen schriftlich und unter Angabe des Stichwortes „Maxxy" bei der VHS-Geschäftstelle, Trift 20, 29221 Celle erfolgen.

VHS Celle – Lernort, Forum und kultureller Treffpunkt
Trift 20, 29221 Celle, Tel: 05141-9298-0; Fax: 05141-9298-50
anmeldung@vhs-celle.de



VHS Celle, Trift 20, 29221 Celle
getragen vom Celler Volkshochschulverein e.V.
Amtsgericht Lüneburg, VR 100141
Tel: 05141-9298-0; Fax: 05141-9298-50
info@vhs-celle.de
www.vhs-celle.de

LEITBILD
(ausführliche Version - in der Geschäftsstelle erhältlich oder unter www.vhs-celle.de)

Identität und Auftrag
Die Volkshochschule Celle (VHS Celle) ist die größte, kommunal tätige außerschulische Bildungseinrichtung in Stadt und Landkreis Celle.
Sie gliedert sich in eine Geschäftsstelle in Celle und elf Außenstellen im Landkreisgebiet. Wir verstehen uns selbst als „lernende Organisation".

Kundinnen und Kunden
Mit unserem Bildungsangebot wenden wir uns an alle Erwachsenen, Kinder und Jugendliche in und außerhalb von Celle. Zu unseren Kunden zählen nicht nur Einzelpersonen, sondern auch Auftraggeber aus Politik, Wirtschaft, Organisationen und Unternehmen, Kindertagesstätten und Schulen, Verwaltung und Vereinen.

Ziele und Werte
Es ist unser Ziel, allen Bevölkerungsgruppen in unserer Region, unabhängig von Herkunft und sozialer Lage, Handlungs- und Orientierungskompetenzen für eine aktive Teilhabe an der Gesellschaft, auf dem Arbeitsmarkt und für ein erfülltes Privatleben zu eröffnen.
Unserem Handeln liegen Werte der sozialen Gerechtigkeit und Chancengleichheit für jedes Alter und Geschlecht, der Toleranz, Inklusion und interkulturellen Integration zu Grunde.

Wir sind Lernort, Forum und kultureller Treffpunkt gleichermaßen.

BeratungsPoint VHS



Bildungsprämie – Geldsegen für die Weiterbildung Berufstätiger
- Projekt geht in die 2.Förderphase

Berufstätige können sich durch eine neue Finanzierungsquelle ihren Wissenshunger mitfinanzieren lassen. Denn um das „Lernen im Lebensverlauf" zu fördern, hat die Bundesregierung die Bildungsprämie eingeführt.

Erst beraten lassen – Prämiengutschein erhalten
– dann anmelden zum Weiterbildungskurs.

ÜBER DETAILS DER FÖRDERBEDINGUNGEN ERFAHREN SIE AB MITTE JANUAR 2012 MEHR EBENSO AUF WWW.BILDUNGSPRAEMIE.INFO

Ansprechpartnerin an der VHS Celle
Liliane Steinke, Tel.: 0 51 41-92 98-22

Die Bildungsprämie wird aus Mitteln des Bundesministeriums für Bildung und Forschung und aus dem Europäischen Sozialfond der Europäischen Union gefördert.







Bildungsurlaub – was ist das und wer kann ihn nutzen

Programmbereichsleitung Fremdsprachen/Rhetorik: Karlheinz Rehling, Tel. 05141/92 98-24
Programmbereichsleitung Gesundheit/Pädagogik: Tessa Twele, Tel. 05141/92 98-21
Programmbereichsleitung EDV/Kaufmännische Bildung: Markus Fink, Tel. 05141/92 98-23

Nach dem Niedersächsischen Bildungsurlaubsgesetz (NBildUG) können Arbeitnehmer/-innen bezahlten Bildungsurlaub nehmen, wenn sie eine nach diesem Gesetz anerkannte Bildungsveranstaltung besuchen. Die Dauer des Bildungsurlaubs, der für ein Kalenderjahr in Anspruch genommen werden kann, richtet sich nach der Zahl der wöchentlichen Arbeitstage (in der Regel: fünf Tage).

Für Beamte und Richter richtet sich die Freistellung zur Teilnahme an Bildungsveranstaltungen nach den Bestimmungen der Verordnung über Sonderurlaub.

Für die Bildungsurlaubsveranstaltungen der VHS ist die Anerkennung nach dem Niedersächsischen Bildungsurlaubsgesetz beantragt oder liegt bereits vor. Die Bildungsurlaubsveranstaltungen erstrecken sich über mehrere Tage. Für den Unterricht ist eine tägliche Mindeststundenzahl vorgesehen.

Nach erfolgter Anmeldung erhalten Sie von uns eine Anmeldebestätigung, die Sie Ihrem Arbeitgeber als Mitteilung über die Inanspruchnahme und die zeitliche Lage des Bildungsurlaubs vorlegen müssen.

Interessenten, die keinen Arbeitgeber haben, können selbstverständlich auch teilnehmen! Schriftliche Anmeldungen sind erforderlich; diese werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt und bestätigt.

Folgende Bildungsurlaubsveranstaltungen werden in diesem Semester angeboten:

Reisen:	**CE0103**	Deutsch-Polnische Beziehungen und Geschichte
Sprachen:	**CE3132**	Bildungsurlaub: Englisch A 2
	CE3133	Bildungsurlaub: Englisch A 2
	CE3134	Bildungsurlaub: Englisch B 1
	CE3215	Bildungsurlaub: Spanisch II
	CE3218	Bildungsurlaub: Spanisch V
	CE3417	Bildungsurlaub: Wirtschaftsfranzösisch
Gesundheit:	**CE4100**	Blütezeit statt Ruhestand
	CE4300	Die Feldenkrais-Methode
	CE4301	Stressbewältigung
EDV:	**CE5101**	Windows 7 und Microsoft Office
	CE5107	Tabellenkalkulation mit Microsoft Excel 2010
	CE5115	AutoCAD 2011 - Konstruktion und Visualisierung
	CE5711	(X)HTML & CSS - Statische Webseiten
	CE5806	EDV-Finanzbuchhaltung
	CE5808	EDV-Lohn-Gehaltsabrechnung
	CE7310	Vorbereitung auf die Abschlussprüfung Handelsfachwirte (IHK)

Stichwortverzeichnis

Neue Serviceleistungen für unsere Teilnehmenden:



Erhalten Sie ergänzendes Lernmaterial und vieles mehr auch nach dem Kurs – unsere Online-Plattform „Moodle“ macht es möglich!
Weitere Informationen erhalten Sie bei
Markus Fink 05141/929823 oder m.fink@vhs-celle.de



Einige unserer Kurse können Sie live über das Internet belegen. Die VHS Celle kommt zu Ihnen nach Hause! Unsere Webinare finden Sie in den Bereichen „EDV“ sowie „Beruf und Qualifizierung“.
Weitere Informationen unter
www.vhs-webinare.de/vhs-ce

Sommer – VHS

Die Sommerferien dauern 6 Wochen. Aber die Wenigsten sind volle 6 Wochen auf Urlaubsreise. **Die VHS Celle bietet daher erstmalig ein Sommerprogramm, konzentriert auf die beiden letzten Sommerferienwochen vom 18. bis 31. August an.** Die Kurse – thematisch quer durch die Angebotspalette der VHS – sind für Daheim gebliebene und Frührückkehrer aller Altersstufen gedacht. Mit der nachstehenden Themenliste kommen Sie vielleicht auf den Geschmack. Alle genauen Inhalte und Zeitangaben finden Sie unter den entsprechenden Kursnummern:

CE0307 Sommer-VHS: Worpswede
CE0610 Sommer-VHS: Fassadengucken und –entdecken
CE0914 Sommer-VHS: Table Top Landscape
CE1906 Sommer-VHS: Grundlagen wissenschaftlichen Arbeitens
CE2011 Sommer-VHS: Fachwerkschmuck in Wort und Bild
CE2012 Sommer-VHS: Celles Altstadt – mit Kinderaugen fotografiert
CE2013 Sommer-VHS: Brüder Grimm, Die zwei Brüder
CE2409 Sommer-VHS: Werkstatt Malerei
CE2410 Sommer-VHS: Werkstatt Malerei
CE2411 Sommer-VHS: Werkstatt Malerei
CE3133 Sommer-VHS: Bildungsurlaub Englisch A 2
CE4300 Sommer-VHS: Die Feldenkrais-Methode
CE4533 Sommer-VHS: Flaeming-Skate – ein Erlebnis

